



I SHËNDETSHËM NË LINZ

Oferta • Informacione • Këshilla

- Kjo broshurë është botuar në këto gjuhë:
Shqip, Gjuhë bosnjake-Kroate-Serbe, Gjermanisht, Anglisht, Frëngjisht, Spanjisht, Rumanisht, Rusisht, Turqisht
- Nëqoftëse doni të porositni këtë broshurë ose keni pyetje në lidhje me të, ju lutem drejtohuni tek

Zyra e Integracionit të të Huajve të Qytetit Linz

Pfarrgasse 1, 1. Stock, 4020 Linz

Tel.: (0732)/7070-1150 ose 1151

e-mail: integration@linz.at

*Schutz für
die ganze
Familie*



Wir leisten Gesundheit

- Mutter-Kind-Pass
- Jugendlichenuntersuchung
- Vorsorgeuntersuchung
- Wochen-/Kinderbetreuungsgeld
- Krankenbehandlung
- Krankengeld
- Medikamente
- Heilbehelfe
- Zahnbehandlung/Zahnersatz

OÖ GKK
FORUM GESUNDHEIT

www.oestgkk.at

Impressum:

Botues: Bashkia e Kryeqytetit Linz, Zyra e Integrimit të të Huajve,

Pfarrgasse 1, 4041 Linz

Grafika: Getrude Plöchl;

Shtypshkronja: Friedrich; Juni 2005



Linz për të gjithë – Në kryeqytetin e landit tonë jetojnë njerëz nga nacione të ndryshme. Për mua si kryetar bashkie është shumë e rëndësishme, që të gjithë banorët e qytetit të ndjehen mirë, sikurse dhe nevojave të tyre sipas mundësive tona t’ju përgjigjet në mënyrë sa më optimale. Për të ndihmuar migrantet dhe migrantët në aspekte të ndryshme, ekziston që nga viti 1991, si qendër çentrale e informacionit, Zyra e Integritetit të Huajve, e cila ka botuar dhe broshurën „I shëndetshëm në Linz“. Kjo informon në nëntë gjuhë për ofertën e gjithanshme të sistemit shëndetësor të qytetit Linz. Një ide e mirëpritur dhe përsëritur, e cila do të lehtësojë jetën e shumë migrantëve dhe migrantëve. Falemnderit.

Dr. Franz Dobusch

Kryetar i Bashkisë së Kryeqytetit të Landit Linz



Pikërisht për njerëz nga kultura të ndryshme është relativisht e vështirë të orientohen në atdheun e zgjedhur prej tyre. Për t’ju lehtësuar orientimin të ardhur në çështjet e shëndetit në Linz, ka realizuar Zyra e Integritetit një arritje të veçantë me anë të botimit të kësaj broshure. Një iniciativë, të cilën unë si mjeke dhe referente e shëndetësisë, e përsëritës natyrisht pa masë. Me anë të botimit të saj, arrihet një kontribut i rëndësishëm në sektorin shëndetësor të qytetit tonë Linz.

Zv/Kryetare e Bashkisë Dr.ⁱⁿ Christiana Dolezal

Referente e Shëndetësisë së Qytetit Linz



Në kuadrin e veprimtarisë së përditshme informuese dhe këshilluese të Zyrës së Integracionit, kanë dalë shpesh në plan të parë pyetje dhe probleme për temën e shëndetit.

„Ku mund të gjej unë një mjek ose mjeke, që flet gjuhën time amtare?“, „Kur më nevojitet mua karta e siguracionit shëndetësor?“, „Ku mund të marr unë një certifikatë për vizitë mjekësore?“

Nëpërmjet kësaj broshure shpresojmë t’ju vijmë në ndihmë me anë të përgjigjeve pyetjeve tuaja dhe t’ju vemë në dispozicion një udhërrëfyes me oferta të shumta të shërbimit shëndetësor në Linz.



Mag.^a Gudrun Siegel-Kraft, Mag.^a Claudia Ziehengraser

Zyra e Integracionit të Huajve e Qytetit Linz



Shëndeti është një aspekt i rëndësishëm i jetës së të gjithë njerëzve. Por jo të gjithëve ju jepet mundësia e njëjtë për ruajtjen dhe trajtimin e tij. Për më tepër janë migrantet dhe migrantët ata, të cilët ndeshen si gjithmonë me barriera, të cilat influencojnë negativisht në kualitetin e shërbimit shëndetësor vetjak.

Linz ka shënuar me anë të botimit të kësaj broshure shumëgjuhëshe një hap të ri të metëjshëm në këtë drejtim, me qëllim që të gjithë banoreve dhe banorëve të qytetit Linz – edhe atyre të cilët nga origjina e tyre i përkasin grupeve të kulturave të ndryshme – t’ju mundësojë të njëjtat shanse. Kjo ndihmë orientuese në gjuhën amtare do të krijojë një bazament të rëndësishëm për shërbimin shëndetësor të të gjithë banoreve dhe banorëve të qytetit tonë.

Integracioni në thelb nuk nënkupton asimilimin, me anë të së cilit të huajve duhej t’ju hiqej e drejta e tyre e identitetit, përkundrazi ai është një proces zhvillimi i dyanshëm, i cili nga njëra anë kërkon punë dhe përpjekje individuale të të ardhurve dhe nga ana tjetër dhënjen e të drejtave në kuadrin juridik, social, ekonomik dhe kulturor nga shoqëria në të cilën ata jetojnë, gjë, e cila ju mundëson atyre të drejta të barabarta dhe pranim në shoqëri.

Landi i Austrisë i Sipërme përfaqëson përgjithësisht në kuadrin e integritimit, konceptin integrim i plotfuqishëm (Empowerment), me anë të së cilit ai pikësynon arritjen e barazimit të të drejtave të të gjithë njerëzve. Broshura „I shëndetshëm në Linz“ ndihmon për t’ju afruar edhe një hap më tej në rrugën tonë këtij qëllimi.

**Ministër i Qeverisë së Landit për Çështjet Sociale
Josef Ackerl**



1. Siguracioni shëndetësor dhe i aksidenteve	7
Siguracioni shëndetësor	8
Siguracioni i aksidenteve	9
Rregjistrimi si i sëmurë për të punësuarit	10
2. Vizitë tek një mjekë ose mjek	11
Çertifikata e shërbimit shëndetësor (Krankenschein)	11
Mjeko dhe mjekë me njohuri gjuhësh të huaja	15
3. Informacione për spitalet	31
Spitalet në Linz	31
Qëndrimi në spital	32
Ambulanca	33
4. Ndihmë psikike dhe shpirtërore	34
Krizat psikiko-shpirtërore	34
Në raste urgjente	35
Konsultim dhe shoqërim	35
5. Përsëri i/e shëndetshëm	38
Medikamente, receta	38
Farmacitë në Linz	40
6. Ruajtja e shëndetit	41
Vizita profilaktike për njerëzit e shëndoshë	41
Konsultë për prindërit/nënat	42
Vaksinat	43
Mbrojtja nga AIDS	45
Lëvizja	46
Ushqimi	46
Duhani	48
Dhëmbë të shëndetshëm	48
7. Çështjet e grave	50
Shtatzania	50
Kur lind fëmija	53
Vizita rutinë gjinekologjike	53
Mbrojtja nga shtatzania dhe planifikimi familjar (jo vetëm çështje grash ...)	54
Ndërprerja e shtatzanisë	54
8. Personat e perndjekur për arsye politike	55
9. Në raste urgjente	56

Ihre Apotheke hat mehr für Sie!



Wußten Sie,

- ◆ dass Ihr Apotheker Sie nicht nur im Krankheitsfall beraten kann, sondern auch für Sie da ist, wenn es darum geht, Ihre Gesundheit zu erhalten?
- ◆ dass Sie in allen Apotheken Ihr Gewicht und Ihren Blutdruck überprüfen lassen können?
- ◆ dass in einigen Apotheken auch als Service die Bestimmung von Cholesterin- und Blutzuckerwerten angeboten wird?
- ◆ dass es nicht gleichgültig ist, zu welcher Tageszeit und mit welchen Nahrungsmitteln zusammen ein Arzneimittel eingenommen wird?
- ◆ dass eine Apotheke niemals wegen Urlaub geschlossen hat?

In Ihrer Apotheke sind Sie gut beraten!

1 SIGURACIONI SHËNDETËSOR DHE I AKSIDENTEVE

Punësimi ose aktiviteti juaj legal privat në Austri, ju jep direkt të drejtën të jeni të siguruar nëpërmjet një siguracioni shëndetësor, i cili ju jep mundësinë të jeni

- ➔ të siguruar për shëndetin
- ➔ të siguruar për aksidentet
- ➔ të siguruar për pension

Pagesa e siguracionit kryhet çdo muaj nëpërmjet zbritjes nga paga juaj dhe varet nga të ardhurat. Ky siguracion ju jep mundësinë që të jeni plotësisht të mbrojtur që ditën e parë – nëse ju keni nevojë për shërbime shëndetësore (p.sh. trajtim mjekësor, qëndrim në spital, ...). Kostoja e këtyre shërbimeve merret përsipër nga sigurimet shoqërore.

Punëdhënësi juaj është i detyruar, që t'ju dërgojë juve menjëherë vërtetimin e regjistrimit tuaj shëndetësor. Nëqoftëse ju nuk e merrni këtë vërtetim, edhe pas kërkesës që i bëni punëdhënësit, atëhere drejtohuni vetë në sigurimet shoqërore!

Siguracioni i plotë hyn në këtë rast në fuqi me datën përkatëse, edhe nëse punëdhënësi juaj nuk ju ka regjistruar në kohën e duhur.

Numri i sigurimeve shoqërore

Numri i sigurimeve shoqërore ju nevojitet juve (ose personave të siguruar nëpërmjet jush) gjithmonë kur,

- ➔ shkoni tek mjeku, në klinikë dentare dhe në shërbime të tjera shëndetësore
- ➔ ju merrni kontakt personalisht ose me shkrim me siguracionin tuaj shëndetësor

❗ Numri i juaj i sigurimeve shoqërore gjendet në **kartën e sigurimit** me ngjyrë jeshile. Kjo kartë nuk është një dokument për spektrin e siguracionit dhe nuk zëvendëson çertifikatën mjekësore. (E re! Deri në fund të vitit 2005 do të pajisen të gjithë personat e siguruar si dhe personat e siguruar nëpërmjet tyre me „e-card“ (karta elektronike), e cila do të zëvendësojë edhe çertifikatën mjekësore.)

Siguracioni shëndetësor

Pjesëtarë të afërm të familjes (bashkëshorti/bashkëshortja, fëmijë dhe fëmijë të fëmijëve deri në moshën 18-vjeçare ose dhe më gjatë kur vazhdojnë studimet deri në moshën 27-vjeçare) mund të jenë të siguruar me ju, në përgjithësi pa pagesë shtesë.

Kushtet që duhen plotësuar: të jetojnë në të njëjtën banesë me ju, të kenë qëndrim në Austri dhe të mos jenë vetë të mbuluar nga një siguracion shëndetësor ligjor.

Nëpërmjet siguracionit shëndetësor ju kryhet një zëvendësim page në rastin kur ju nuk keni të ardhura për shkak të një sëmundje që zgjat për një kohë të gjatë ose kur jeni me leje lindje:

➔ Pagesa e të sëmurit:

Nëqoftëse mbaron afati ligjor i pagesës së pagës nëpërmjet punëdhënësit, pagesa për kohën e sëmundjes kryhet nga sigurimet shoqërore, kur paaftësia për punë vazhdon (deri në 52 javë). Kjo duhet parë si një zëvendësim i pjesshëm i të ardhurave normale.

➔ Pagesa javore:

është për gratë e punësuara një zëvendësim i të ardhurave në periudhën e mbrojtjes ligjore të nënës (tetë javë para dhe tetë javë pas lindjes).

➔ Pagesa e përkujdesjes për fëmijën:

aprovet në vend të pagesës së deritanishme të lejes së lindjes, për lindje pas 1.1.2002, pavarësisht se nuk ekziston më parë një punësim ose siguracion shëndetësor.

Personat me të ardhura shumë të pakta kanë mundësinë t'ju aprovet mospagimi i tarifave shëndetësore (p.sh. tarifa e farmacisë për medikamentet shiko faqen 38, tarifa e çertifikatës mjekësore shiko faqen 11).

Personat pa siguracion shëndetësor

Nëqoftëse ju nuk jeni të siguruar në Austri dhe kryeni çfarëdo trajtimi mjekësor, duhet të **merrni vetë përsipër koston e diagnostikimit dhe terapisë**.

Në rastin kur ju nuk keni mundësi financiare, dhe sëmundja juaj duhet trajtuar sipas të dhënave të mjekut menjëherë, ekziston mundësia e një trajtimi shëndetësor në një spital publik (p.sh. spitali i përgjithshëm në Linz).

Ky trajtim mjekësor nuk është falas, ju duhet të paguani të gjitha shpenzimet (mundësisht dhe me këste), menjëherë pasi të jeni punësuar dhe të keni në dispozicion të ardhurat tuaja.

Përgjithësisht ekziston mundësia për personat e pasiguruar nëpërmjet punës ose nëpërmjet një pjesëtari të familjes, të regjistrohen dhe të paguajnë vetë një **siguracion për vetëveten**.

➔ **Sigurimet Shoqërore Austria e Sipërme (OÖGKK), Qendra çentrale**

Gruberstr. 77, 4020 Linz, Tel.: (0732)/7807-0

e-mail: ooegkk@ooegkk.at

Orari: E hënë – E enjte ora 6 - 17

E premte ora 6 -15

➔ **Institucioni i Sigurimeve Shoqërore të Ekonomisë Tregtare, Qendra çentrale Land OÖ**

Mozartstr. 41, 4020 Linz, Tel.: (0732)/7634-0, (0732)/783239

Orari: E hënë – E enjte ora 7.30 – 14.30

E premte ora 7.30-13.30

➔ **Institucioni i Sigurimeve për Punonjësit Publikë (BVA), Qendra çentrale Land OÖ**

Hessenplatz 5, 4020 Linz, Tel.: (0732)/779323

e-mail: lst.linz@bva.sozvers.at

Orari: E hënë – E enjte ora 7.30 – 14

E premte ora 7.30-12

➔ **Institucioni i Sigurimeve për Hekurdhat dhe Minierat, Zyra e jashtme Linz**

Bahnhofplatz 3-6, 4020 Linz, Tel.: (0732)/652348

e-mail: gbz-linz@vaeb.at

Orari: E hënë – E premte ora 6.30 – 16.30

Siguracioni i aksidenteve

Nëqoftëse ju ndodh një aksident në punë ose vuani nga një sëmundje profesionale, jeni të mbrojtur nga siguracioni i aksidenteve.

Si **aksidente pune** cilësohen ato aksidente, të cilat ndodhin në vendin e punës, gjatë orarit të punës dhe për arsye të punës ose shkollimit.

Sëmundjet profesionale janë dëmtime të shëndetit gjatë kohës së punës, për të cilën ju figuroni të siguar. Për aksidentet në punë dhe sëmundjet profesionale duhet të lajmërohet siguracioni i aksidenteve brenda pesë ditëve, kur si pasojë e tyre jeni më shumë se tre ditë me raport mjekësor ose i paaftë

për punë. Për lajmërimi me vonesë mund të ketë kufizime të shërbimeve nga siguracioni!

Tek shërbimet që ju vihen në dispozicion bëjnë pjesë mbrojtja nga aksidentet në punë dhe sëmundjeve profesionale, trajtim mjekësor në punë, dhënja e ndihmës së parë gjatë aksidenteve në punë, trajtimi shëruar për aksidentet në punë, rehabilitimi dhe çdëmtimi për aksidente dhe sëmundje profesionale. Një nga siguracionet më të mëdha të aksidenteve të punës është

➔ **Institucioni i Përgjithshëm i Aksidenteve (AUVA).**

AUVA-Landesstelle Linz
Blumauer Platz 1, 4021 Linz
Tel.: (0732)/6920-0

Regjistrimi si i sëmurë për të punësuarit

Nëse jeni të sëmurë dhe të paaftë për punë, duhet të lajmëroni punëdhënësin/punëdhënësen tuaj dhe të shkoni tek mjekja ose mjeku. Regjistrimi me vonesë prej një ditë pune është i mundur vetëm në raste të jashtëzakonshme, prandaj vizita shëndetësore duhet kryer menjëherë që ditën e parë të sëmundjes! Mjekja ose mjeku ju plotëson një raport mjekësor, i cili vërteton paaftësinë tuaj për punë. Regjistrimi juaj për paaftësinë për punë i transmetohet direkt siguracionit shëndetësor.

Gjatë një trajtimi mjekësor në një nga ambulancat e spitalit nuk jeni automatikisht i regjistruar si i sëmurë me raport mjekësor. Për këtë arsye duhet t'ju vërtetojë ambulanca paaftësinë për punë, vërtetim të cilin ju duhet t'ja paraqesni menjëherë sigurimeve shoqërore. Karta e ambulancës nuk vlen si raport mjekësor.

Gjatë qëndrimit në spital jeni i regjistruar automatikisht si „i sëmurë me raport mjekësor“. Ju lutemi menjëherë pas daljes nga spitali të paraqiteni me fletëdaljen e spitalit tek mjekja ose mjeku, që ju ka në trajtim. Mjekja ose mjeku përcaktojnë nëse jeni në gjëndje pune direkt pas daljes nga spitali ose nëse duhet të qëndroni ende me raport mjekësor në shtëpi.

Pasi jeni shëruar dhe jeni i aftë për punë, kërkohet nga siguracioni **vërtetimi i aftësisë për punë**. Për këtë drejtohuni tek mjekja ose mjeku, të cilët ju kanë patur në trajtim shëndetësor. Ekziston dhe mundësia që të regjistroheni vetë si „i aftë për punë“ (për shembull në sigurimet shoqërore të Austrisë së Sipërme (OÖGKK) ose nëpërmjet internetit me formularin përkatës „regjistrim i aftësisë për punë“, „Gesundmeldung“: www.ooegkk.at; Gesundmeldung online).

2 VIZITË MJEKËSORE TEK NJË MJEKE OSE NJË MJEK

Çertifikata shëndetësore (Krankenschein)

Nëqoftëse ju (ose një i afërt i siguruar nëpërmjet jush – bashkëshortja/ bashkëshorti, fëmijët) do të shkoni tek mjeku, ju nevojitet një **çertifikatë mjekësore**. Në të regjistrohen gjithë trajtimet e kryera shëndetësore si dhe me anë të saj kryhet likuidimi me sigurimet shoqërore. Për vizitat mjekësore ju nuk paguani, përveçse tarifës së çertifikatës mjekësore.

E keni harruar çertifikatën mjekësore?

Nëse ju nuk i paraqisni mjekes ose mjekut çertifikatën mjekësore, duhet të kryeni një pagesë, derisa ta paraqisni atë. Pagesa është e ndryshme dhe vendoset nga mjekja ose mjeku. Kur të keni paraqitur çertifikatën mjekësore, atëhere ju kthehet pagesa e kryer.

Tarifa e çertifikatës mjekësore

Në sigurimet shoqërore kushton **tarifa e çertifikatës mjekësore/ Krankenscheingebühr 3,63 Euro**. Nëqoftëse ju çertifikatën mjekësore e merrni në qendrën tuaj të punës, atëhere bëhet zbritja direkt nga paga juaj. Nëqoftëse ju e merrni çertifikatën mjekësore direkt në sigurimet shoqërore, juve ju dërgohet një faturë, me anë të së cilës ju kryeni pagesën e tarifës.

Tarifa e çertifikatës mjekësore nuk paguhet për:

- ➔ fëmijët, të cilët janë të siguruar nëpërmjet siguracionit tuaj
- ➔ pensionistet dhe pensionistët dhe të afërmit e tyre, në bazë të ligjit të përgjithshëm të sigurimeve shoqërore (ASVG)
- ➔ të gjithë ata, që me vendim të sigurimeve shoqërore, nuk paguajnë këtë tarifë
- ➔ persona që kryejnë shërbimin ushtarak në sektorin shoqëror

përveç këtyre:

- ➔ kur mjeku juaj ju dërgon tek një mjek specialist ose në ambulancën e spitalit
- ➔ për vizitat nënë-fëmijë
- ➔ për vizitat profilaktike
- ➔ për çertifikatë mjekësore të lejes së zakonshme (brenda vendit) dhe çertifikatë mjekësore për përkujdesje (jashtë vendit)
- ➔ për ndihmë mjekësore gjatë aksidenteve

Oberösterreichische Gebietskrankenkasse

Krankenschein

Das ist ein Krankenschein für die Krankenkasse. Er ist gültig für die Dauer der Erkrankung. Er ist zu verwenden, wenn Sie eine ärztliche Behandlung benötigen. Er ist zu verwenden, wenn Sie eine ärztliche Behandlung benötigen.

MUSTER

Certifikatë mjekësore

Oberösterreichische Gebietskrankenkasse

Zahnbehandlungsschein

Das ist ein Zahnbehandlungsschein für die Krankenkasse. Er ist gültig für die Dauer der Zahnbehandlung. Er ist zu verwenden, wenn Sie eine Zahnbehandlung benötigen. Er ist zu verwenden, wenn Sie eine Zahnbehandlung benötigen.

MUSTER

Certifikatë mjekësore dentare

Çertifikata mjekësore vlen për një tremujor:

1. Tremujori i parë: janar deri mars
2. Tremujori i dytë: prill deri qershor
3. Tremujori i tretë: korrik deri shtator
4. Tremujori i katërt: tetor deri dhjetor

Kur të kërkonti çertifikatën mjekësore, duhet të bëni të ditur se për cilin mjek ju nevojitet ajo, për mjekun e shtëpisë, për një mjeke apo mjek specialist (p.sh. dermatolog) ose për dentist/e.

Ku mund të merrni ju çertifikatën mjekësore?

Ju jeni ...	Çertifikatë mjekësore tek ...
i punësuar tek një punëdhënës	punëdhënësi/punëdhënësja
të siguruar nëpërmjet siguracionit të papunësisë (asistencë papunësie, asistencë për gjëndje të jashtëzakonshme, ...)	zyrat e shërbimit të punës (AMS)
pensionist/e	sigurimet shoqërore
keni pagesë si i sëmurë, pagesë javore për gratë shtatzëna, leje lindjeje, ose për përkujdesjen për fëmijën	sigurimet shoqërore
i vetësiguruar	sigurimet shoqërore
– i punësuar nëpërmjet veprimtarisë suaj – nëpunëse/nëpunës – i vetëpunësuar në ekonomi bujqësore/pyjore – pensionist/e i njerit prej këtyre grupeve	siguracioni përkatës

E RE: „e-card“ – çertifikata mjekësore elektronike

Çertifikata mjekësore do të zëvendësohet me **çertifikatën mjekësore elektronike** deri në fund të vitit 2005. Çertifikata mjekësore elektronike do t'ju dërgohet të gjithë personave të siguruar, si dhe të gjithë personave që janë të siguruar nëpërmjet tyre (vlen për çdo mjek në gjithë Austrinë, tarifa e shërbimit vjetor kushton 10 Euro).

Përgjithësisht ju keni mundësinë të zgjidhni vetë me dëshirën tuaj mjekun, tek i cili doni të kryeni shërbimet shëndetësore. Por është e rëndësishme, që në afërsi të vendit ku banoni, të keni **mjekun ose mjekun e shtëpisë (Hausärztin, Hausarzt)**, e/i cili duhet të jetë mjekja ose mjeku juaj e/i besuar. Ajo ose ai, duke i njohur sëmundjet tuaja, mund të bëjë diagnostikimin tuaj. Në raste të domosdoshme ju dërgon mjekja/mjeku juaj tek një mjeke ose mjek specialist. Në këtë rast mjeku juaj ju jep një **kartë të verdhë/gelber Überweisungsschein**.

Ndërrimi i mjekes ose mjekut

Kujdes! Ju mund të ndërroni mjekun ose mjekun specialist pas mbarimit të një tremujori (vlen edhe për mjekun ose mjekun e përgjithshëm). Kjo do të thotë, që ju për shembull në periudhën ndërmjet janarit dhe marsit (tremujori i parë) nuk mund të shkoni tek dy mjeke ose mjekë të ndryshëm otorinoje. Siguracioni shëndetësor i Austrisë së Sipërme (OÖGKK) nuk merr përsipër shpenzimet, nëqoftëse ju brenda një tremujori kryeni vizita shëndetësore tek dy mjeke ose mjekë të ndryshëm të të njëjtit specialitet.

Mjeke ose mjekë, të cilët flasin gjuhën tuaj, i gjeni në faqen 15 - 30.

Me qëllim që të mos prisni gjatë tek mjekja ose mjeku për një vizitë mjekësore, është shpesh e domosdoshme të lini një **orar**. Ju lutemi të paraqiteni në këtë orar dhe të jeni të përpiktë! (Megjithatë mund të ndodhë, që nëpërmjet rasteve urgjente të shkaktohen dhe vonesa.) Nëse nuk mund të shkoni në orarin e caktuar, mos harroni të lajmëroni, që nuk keni mundësi për t'u paraqitur!

Ju lutemi të tregoheni të vëmendshëm që **çertifikata shëndetësore të jetë plotësuar korrekt dhe pa gabime** (shkrimi korrekt i emrit, numri i siguracionit etj.)!

Nëqoftëse kryeni vizitë mjekësore në një ambulancë spitali, nuk keni nevojë për çertifikatën mjekësore. Ju lutemi mbani gjithmonë gati numrin tuaj të siguracionit (mbani me vete kartën jeshile të siguracionit/„e-card“, shiko faqen 7)!

Mjekja ose mjeku privat (pa kontratë me sigurimet shoqërore) i zgjedhur nga ju Juve ju jepet dhe mundësia të vizitoheni tek një mjeke ose mjek privat. Këto vizita mjekësore janë për t'u paguar në **mënyrë private** nga ana juaj, me **faturën** përkatëse. Pasi të paraqisni në sigurimet shoqërore faturën e paguar (p.sh. në sigurimet shoqërore të Austrisë së Sipërme (OÖGKK), juve ju kthehet një pjesë e pagesës, në varësi nga vizita mjekësore, e cila mbulon vetëm një pjesë të shpenzimeve tuaja. Për këtë arsye informohuni patjetër përpara se të filloni trajtimin mjekësor privat, se sa të larta janë shpenzimet përkatëse.




Mjeke ose mjekë me njohuri gjuhësh të huaja


Në Linz ka rreth 550 mjeke dhe mjekë, prej të cilëve rreth 160 janë mjeke dhe mjekë të mjekësisë së përgjithshme, të tjerët janë mjeke dhe mjekë specialistë p.sh. për dhëmbët, gojën, dhe nofullat (dentiste ose dentist), për sytë (okuliste ose okulist).


Nëqoftëse ju kërkoni një mjeke ose mjek, që flet gjuhën tuaj amtare, shikoni listat e mëposhtëme (mjeke ose mjekë privatë janë shënuar me gërmën „P“):


Mjeke/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Mjekësi e përgjithshme / Pathologji (Pathologe / patholog)		
Dr. Wolfgang Auer Torbergweg 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/316466	Anglisht	
Dr. Alfred Flamm Darrgutstr. 12, 4020 Linz Tel.: (0732)/663695	Anglisht	Anglisht
Dr. Wolfgang Furthmayr Wienerstr. 482, 4030 Linz Tel.: (0732)/301645	Anglisht	
Dr. ⁱⁿ Hiltrud Furtner P Rosenstr. 16, 4040 Linz Tel.: (0732)/732025	Anglisht	
Dr. ⁱⁿ Rhona Füreder Welser Str. 39/I, 4060 Leonding Tel.: 678911-0	Anglisht Pak gjuhë indiane Pak frëngjisht	
Dr. ⁱⁿ Marietta Ghamarian P Plesching 35, 4040 Linz Tel.: (0732)/750875	Anglisht	
Dr. Thomas Ghamarian P Plesching 35, 4040 Linz Tel.: (0732)/750875	Anglisht	
Dr. Osama Girgis P Einsteinstr. 5, 4030 Linz Tel.: 0676/6196070	Arabisht Anglisht	


P Mjekja ose mjeku privat


Mjeka/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. in Andrea Gussner-Langl Hamerlingstr. 32, 4020 Linz Tel.: (0732)/651463	Anglisht	Anglisht
Dr. Claudius Gürtler Stockhofstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/663495	Anglisht	
Dr. in Sigrid Leroy-Wagner  Landstr. 43, 4020 Linz Tel.: (0732)/783848	Frëngjisht	
Dr. in Ruth Hackmack-Eder Gabesstr. 58, 4030 Linz Tel.: (0732)/305494	Anglisht	
Dr. in Barbara Hanner  Greinerhofgasse 14, 4040 Linz Tel.: (0732)/700650	Anglisht Frëngjisht	
Dr. Klaus Haslwanger Baumbachstr. 25, 4020 Linz Tel.: (0732)/781570	Anglisht Pak Italisht	Anglisht
Dr. Michael Hirsch Spaunstr. 36, 4020 Linz Tel.: (0732)/342455	Anglisht	
Dr. Franz Hohensinn Leonfeldnerstr. 24c, 4040 Linz Tel.: (0732)/739768	Anglisht Pak frëngjisht Pak spanjisht	Anglisht
Dr. Reinhard Jäger  Kaplanhofstr. 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/781560	Anglisht	
Dr. in Martina Kappo Händelstr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/661245	Anglisht Pak frëngjisht Pak Italisht	
Dr. in Ingrid Kaspar Bulgariplatz 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/653030	Anglisht Frëngjisht	


 *Mjekja ose mjeku privat*

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. Kurt Kellermair Freistädterstr. 41, 4040 Linz Tel.: (0732)/730595	Anglisht Italisht	Anglisht Italisht
Dr. Jasim Kicin  Krempflstr. 1, 4020 Linz Tel.: 0676/686 186 0	Pak gjuhë bosnjake- kroate- serbe Rusisht Pak anglisht Pak polonisht, sllovakisht, çekisht	Pak gjuhë bosnjake- kroate- serbe Anglisht
Dr. Josef Kimeswenger Flussgasse 13, 4040 Linz Tel.: (0732)/732631	Anglisht	
Dr. Manfred Klar Vogelfängerweg 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/370125	Anglisht	
Dr. Wolfgang Koits Zeppenfeldstr. 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/660377	Anglisht	
Dr. Günther Lehner Rudolfstr. 15, 4040 Linz Tel.: (0732)/734081	Anglisht	
Dr. Joachim Leisch Kaarstr. 5, 4040 Linz Tel.: (0732)/731096	Anglisht Italisht	Anglisht Frëngjisht Hungarisht
Dr. Heinz Leyrer Oidenerstr. 75, 4030 Linz Tel.: (0732)/320144	Anglisht	
Dr. Wolfgang Marks Hillerstr. 10, 4020 Linz Tel.: (0732)/305376	Anglisht	
Dr. Michael Mayr Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/383686	Anglisht	


 *Mjekja ose mjeku privat*


Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. Heinz Mayrhofer Khevenhüllerstr. 23, 4020 Linz Tel.: (0732)/663656	Anglisht	
Dr. Georg Pfau Franckstr. 23, 4020 Linz Tel.: (0732)/603831	Anglisht Frëngjisht	
Dr. Christian Pisecky Landstr. 76, 4020 Linz Tel.: (0732)/664680	Anglisht Frëngjisht	
Dr. ⁱⁿ Barbara Riccabona  Goethestraße 27, 4020 Linz Tel.: (0732)/602429	Anglisht Italisht Pak spanjisht Pak frëngjisht	
Dr. Eduard Sadjed Knabenseminarstr. 4, 4040 Linz Tel.: (0732)/737219	Anglisht Pak frëngjisht Pak italisht Pak çekisht	Pak anglisht Pak frëngjisht
Dr. Herbert Schäffer Schulstr. 9, 4040 Linz Tel.: (0732)/711333	Anglisht Italisht Pak spanjisht	
Dr. ⁱⁿ Gabriele Slenko-Atzmüller Liebigstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/658758	Anglisht	
Dr. Clemens Sigart Rainerstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/662667	Anglisht Çekisht	Çekisht Italisht
Dr. Elmar Stockmair Keplerstr. 7, 4040 Linz Tel.: (0732)/731052	Anglisht	Anglisht Rumanisht
Dr. Andreas Zambarloukos Ferdinand-Markl-Str. 39, 4040 Linz Tel.: (0732)/250484	Greqisht	
Dr. Wolfgang Zillig Grundbachweg 42, 4020 Linz Tel.: (0732)/672107	Anglisht Pak spanjisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Maria Zimmerleiter-Götzendorfer Scharitzerstr. 12, 4020 Linz Tel.: (0732)/660140	Anglisht Frëngjisht	Anglisht





 **Mjekja ose mjeku privat**


Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Anestezi dhe reanimacion (Terapi kundër dhimbjeve dhe Akkupunktura)		
Dr. Norbert Bauer  Hauptstr. 33, 4040 Linz Tel.: (0732)/732661	Anglisht Frëngjisht	Anglisht Frëngjisht
Dr. Krystyna Hofferer  Magazingasse 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/772747	Anglisht Polonisht	





Mjekësia e syve Okulistë (Okuliste/okulist)


Dr. Felix Buder  Schubertstr. 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/770006	Anglisht	Anglisht Italisht
Dr. Christian Ebner Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/316450	Anglisht	
Dr. Markus Feichtinger  Harrachstr. 14, 4020 Linz Tel.: (0732)/775626	Anglisht Frëngjisht	Anglisht
Dr. Gerald Hommer Wiener Str. 4a, 4020 Linz Tel.: (0732)/653176	Anglisht Italisht Pak frëngjisht Pak gjuhe bosnjake- kroate- serbe Pak turqisht	
Dr. ⁱⁿ Ulrike Krimm Scharitzerstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/658298	Anglisht Frëngjisht	
Dr. ⁱⁿ Ulrike Nesser Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/380218	Anglisht	
Dr. Bernhard Wienerroither Promenade 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/794575	Anglisht Frëngjisht	Anglisht

 **Mjekja ose mjeku privat**

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Kirurgji (Kirurgji e enëve të gjakut*/Kirurgji aksidentesh**) (Kirurge/Kirurg)		
Dr. Damian Urban Rosenauerstr. 23, 4040 Linz Tel.: (0732)/710411	Bullgarisht Anglisht Kroatisht Maqedonisht Rusisht Serbisht	Rumanisht
Dr. ⁱⁿ Ulrike Enkner  Lederergasse 32, 4020 Linz Tel.: (0732)/772505	Anglisht	Anglisht
Dr. Osama Girgis** Einsteinstr. 5, 4030 Linz Tel.: 0676/6196070	Anglisht Anglisht	
Dr. Klaus Humer**  Landstr. 66/3, 4020 Linz Tel.: (0732)/783783	Anglisht Frëngjisht Italisht Spanjisht	Anglisht Italisht
Dr. Kornelius Kreisssl Mozartstr. 4, 4020 Linz Tel.: (0732)/783737	Anglisht	
Dr. Norbert Leithner* Blütenstr. 2, 4040 Linz Tel.: (0732)/700050	Anglisht	Anglisht
Dr. Christoph Tausch  Krankenhausstr. 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/784999	Anglisht	Anglisht
Mjekësia e grave dhe ndihma në lindje / Gjinekologji (Gjinekologe/Gjinekolog)		
Dr. ⁱⁿ Ursula Baumann Blumauerstr. 3-5, 4020 Linz Tel.: (0732)/662277	Anglisht Frëngjisht Italisht	
Dr. Thomas Bohaumilitzky  Rudigerstr. 1/1, 4020 Linz Tel.: (0732)/772511	Anglisht Frëngjisht	Anglisht
Dr. Othmar Brandl Scharitzerstr. 9, 4020 Linz Tel.: (0732)/656057	Anglisht	Anglisht

 *Mjekja ose mjeku privat*

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. Michael Bsteh Unionstr. 3a, 4020 Linz Tel.: (0732)/652313	Anglisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Maria Dines  Franz-Kurz-Str. 11, 4030 Linz Tel.: (0732)/303776	Anglisht	
Dr. ⁱⁿ Astrid Duller-Dichtl  Ferihumerstr. 5, 4040 Linz Tel.: (0732)/737067	Anglisht	
Dr. ⁱⁿ Janina Fidler Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/313482	Polonisht	
Dr. ⁱⁿ Doris John  Europaplatz 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/655600	Anglisht	Greqisht Italisht
Dr. ⁱⁿ Regina Kesztele Gerstnerstr. 6, 4040 Linz Tel.: (0732)/701088	Anglisht Frëngjisht	Anglisht
Dr. Viktor Moser Goethestr. 61, 4020 Linz Tel.: (0732)/663462	Anglisht	Anglisht
Dr. Gerhard Mursch-Edlmayr Knabenseminarstr. 4, 4040 Linz Tel.: (0732)/733129	Anglisht	Anglisht
Dr. Helmut Nopp Vogelfängerweg 27, 4030 Linz Tel.: (0732)/376070	Anglisht	Anglisht Frëngjisht Gjuhë holandeze
Dr. ⁱⁿ Uschi Postl  Ferihumerstr. 5, 4040 Linz Tel.: (0732)/737067	Anglisht	Anglisht
Dr. Werner Schmutz Reindlstr. 3, 4040 Linz Tel.: (0732)/738035	Anglisht	
Dr. Axel Schreiber Weißenwolfstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/777177	Anglisht	Anglisht

 *Mjekja ose mjeku privat*

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. Johannes Schnabel Einsteinstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/346396	Anglisht Pak suedisht	Anglisht Pak suedisht
Dr. Helmut Stöger ^P Schillerstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/667161	Anglisht Frëngjisht Italisht, Spanjisht	Anglisht
Dr. Cemil Yaman ^P Bockgasse 2b, 4020 Linz Tel.: (0732)/680515	Anglisht Turqisht	

Sëmundjet e fytit, hundës dhe veshit / Otorinologji (Otorinologe/Otorinolog)


Dr. Reinhard Dengg ^P Rudigierstr. 8a, 4020 Linz Tel.: (0732)/773678	Anglisht	Anglisht Rusisht Çekisht
Dr. Georg Langmayr ^P Goethestr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/7677-7340	Anglisht	Anglisht
Dr. Peter Löffler ^P Khevenhüllerstr. 23, 4020 Linz Tel.: (0732)/664659	Hungarisht	Anglisht
Dr. Klaus Mally ^P Landstr. 32, 4020 Linz Tel.: (0732)/772870	Anglisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Magdalena Margoc ^P Goethestr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/7677-4731	Anglisht Sllovakisht	
Dr. Johann Schmid Rudigierstr. 8a, 4020 Linz Tel.: (0732)/773678	Pak italisht Çekisht Rusisht	Anglisht Çekisht Rusisht
Dr. Wolfgang Straka Dauphinestr. 58, 4030 Linz Tel.: (0732)/312477	Anglisht Gjuhë daneze	
Dr. Ernst Plöchl Stockhofstr. 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/664091	Anglisht	
Dr. Walter Povysil Ecklweg 4, 4040 Linz Tel.: (0732)/759876	Anglisht Frëngjisht	

^P Mjekja ose mjeku privat


Mjeke/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Sëmundjet e lëkurës dhe organeve seksuale / Dermatologji (Dermatologe/Dermatolog)		
Dr. Franz Balouscheck Landwiedstr. 140, 4020 Linz Tel.: (0732)377100	Anglisht	
Dr. Reinhard Höfner Taubenmarkt 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/784009	Anglisht	
Dr. Reinhold Kaisergruber Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/314000	Anglisht	
Dr. Johannes Neuhofer Wienerstr. 57, 4020 Linz Tel.: (0732)/652077	Anglisht Italisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Ulrike Schmidauer Rainerstr. 23a, 4020 Linz Tel.: (0732)/651452	Anglisht Italisht	
Dr. Rudolf Wolf Mozartstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/782200	Anglisht	

Sëmundjet e brendshme / Endokrinologji (Endokrinologe/Endokrinolog)

Dr. ⁱⁿ Gabriela Eichbauer-Sturm  Freistädterstr. 16, 4040 Linz Tel.: (0732)/716060	Anglisht	Anglisht
Dr. Michael Felbermayer Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/302018	Anglisht	
Dr. Johannes Föchterle Rudolfstr. 23, 4040 Linz Tel.: (0732)/732229	Anglisht Frëngjisht	Anglisht Italisht
Dr. Thomas Honsig Hauptstr. 83-85, 4040 Linz Tel.: (0732)/716511	Anglisht	Anglisht

 *Mjekja ose mjeku privat*

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Mjekësia e fëmijëve dhe të rinjve / Pediatri (Pediatrie / Pediatër)		
Dr. ⁱⁿ Ingrid Frenzel Scharitzerstr. 5, 4020 Linz Tel.: (0732)/ 600139	Anglisht Frëngjisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Uli Holzmüller Franckstr. 26, 4020 Linz Tel.: (0732)/650349	Anglisht	
Dr. Peter Kahr Eisenhandstr. 46, 4020 Linz Tel.: (0732)/771699	Anglisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Roswitha Krimm Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/303727	Anglisht Frëngjisht	Pak anglisht
Dr. ⁱⁿ Brigitte Marzy-Brandstetter Glimpfingerstr. 96, 4020 Linz Tel.: (0732)/330880	Anglisht Frëngjisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Ulrike Rossegg  Werndlstr. 19, 4020 Linz Tel.: (0732)/332889	Anglisht	
Dr. Wolfgang Tiefenthaller Hauptstr. 61, 4040 Linz Tel.: (0732)/739877	Anglisht Frëngjisht Italisht	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Eva Ziebermayr  Johann-Strauß-Str. 2a, 4020 Linz Tel.: 0676/8456426	Anglisht Frëngjisht	
Diagnostikimi laboratorik		
Dr. Hans Pilgerstorfer Europaplatz 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/666566	Anglisht Spanjisht	Gjuhë kineze Frëngjisht Gjuhë hollandeze Gjuhë kamboxhiane Gjuhë vietnameze
Dr. Konrad Rocchetti Wachrenergasse 8, 4021 Linz Tel.: (0732)/662898	Anglisht Italisht	Gjuhë bosnjake- kroate-serbe Bullgarisht Rumanisht Sllovenisht Hungarisht

 Mjekja ose mjeku privat


Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. Rudolf Ruthensteiner Waltherstr. 5, 4020 Linz Tel.: (0732)/778688	Anglisht Frëngjisht Gjuhë italisht	




Sëmundjet e mushkërive / Pneumologji (Pneumolog)

Dr. Albert Hainzl Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/383841	Anglisht	
Dr. Wolfgang Höller Mannheimstr. 9, 4040 Linz Tel.: (0732)/750666	Anglisht	
Dr. Martin Wiesenberger Eisenhandstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/777200	Anglisht Frëngjisht	
Dr. Wolfgang Wiesenberger Hauptstr. 16-18, 4040 Linz Tel.: (0732)/731400	Anglisht Frëngjisht	
Dr. Josef Würtz Hafferlstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/775160	Gjuhë bosnjake- kroate-serbe Anglisht	

Sëmundjet e kockave / Ortopedi (Ortopedi)

Dr. Nikolaus Böhler  Promenade 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/783528	Anglisht	Anglisht
Prim. Dr. Ingomar Heuberger Mozartstr. 25, 4020 Linz Tel.: (0732)/778112	Anglisht Gjuhë italisht	
Dr. Reiner Puchegger Landstr. 101, 4020 Linz Tel.: (0732)/661621	Anglisht	
Dr. Josef Zerobin Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/384490	Anglisht Spanjisht	

 *Mjekja ose mjeku privat*

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Sëmundjet psiqike dhe nervore / Psikiatri dhe Neurologji (Psikiatre / Psikiatër, Neurologe / Neurolog)		
Dr. Bernhard Bauchinger Gärtnerstr. 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/611616	Anglisht	
Dr. Egon Haberfellner  Hauptstr. 83/85, 4040 Linz Tel.: (0732)/736293	Anglisht	Anglisht
Dr. in Margarethe Pischläger-Blamberger  Rainerstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/661777	Anglisht	
Dr. in Ulrike Rosseg  Werndlstr. 19, 4020 Linz Tel.: (0732)/332889	Anglisht	
Dr. in Helene Wohlfahrtstädter Karl-Wiser-Str. 13, 4020 Linz Tel.: (0732)/664852	Anglisht	Anglisht
Radiologji (Radiolog)		
Dr. Edwin Danzer Hauptstr. 16-18, 4040 Linz Tel.: (0732)/733123	Anglisht	Anglisht Frëngjisht Italisht
Dr. Gerhard Schwarzl Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/313480	Anglisht	Gjuhë bosnjake- kroate- serbe Frëngjisht
Sëmundjet e veshkave dhe rrugeve urinare / Urologji (Urolog)		
Dr. Fernand Goniva Mozartstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/770170	Frëngjisht	
Dr. Walter Kugler Gruberstr. 94, 4020 Linz Tel.: (0732)/781494	Anglisht	Anglisht
Dr. Hans Mayr Landstr. 15a, 4020 Linz Tel.: (0732)/771600	Anglisht Italisht Pak suedisht	

 **Mjekja ose mjeku privat**

Mjeke/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Ortopedi e nofullave (Ortopede dentare)		
Dr. ⁱⁿ Margarete Osvaldik  Landstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/774867	Anglisht Spanjisht	
Mjekësia e gojës / Stomatologji (Stomatologe / Stomatolog)		
Dr. ⁱⁿ Barbara Erben Rainerstr. 12/1, 4020 Linz Tel.: (0732)/660690	Anglisht	
Dr. Kurt Flohberger Wiener Str. 480, 4030 Linz Tel.: (0732)/309191	Anglisht	
Dr. ⁱⁿ Barbara Holdziewicz Bethlehemstr. 9, 4020 Linz Tel.: (0732)/770155	Polonisht	Gjuhë bosnjake- kroate- serbe
Dr. Rudolf Matheis Landstr. 70, 4020 Linz Tel.: (0732)/781818	Anglisht Frëngjisht	Gjuhë bosnjake- kroate- serbe Sllovenisht Hungarisht
Dr. Manfred Mayr Unionstr. 39/6, 4020 Linz Tel.: (0732)/667788	Anglisht	
Dr. ⁱⁿ Heidemarie Pischel Goethestr. 22, 4020 Linz Tel.: (0732)/652224	Anglisht Frëngjisht	
Dr. ⁱⁿ Ilse Ranftl Römerstr. 80, 4020 Linz Tel.: (0732)/776162		Gjuhë bosnjake- kroate- serbe
Dr. Ewald Christoph Sacher Tegetthofstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/793079	Anglisht Pak frëngjisht	
Dr. ⁱⁿ Martha Schneider Leonfeldnerstr. 152, 4040 Linz Tel.: (0732)/252277	Polonisht	
Dr. ⁱⁿ Elke Schiefersteiner Goethestr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/662040	Anglisht	Anglisht

 *Mjekja ose mjeku privat*

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj	Infermiere
Dr. Gerhard Schwarz Wiener Str. 493, 4030 Linz Tel.: (0732)/318500	Anglisht	Polonisht
Dr. ⁱⁿ Angelika Steinbach Landstr. 42, 4020 Linz Tel.: (0732)/772465	Anglisht Frëngjisht	
Dr. ⁱⁿ Rosa Stransky Leharstr. 4, 4020 Linz Tel.: (0732)/655386	Anglisht Sllovakisht Hungarisht	
Dr. ⁱⁿ Veronika Strauß Hauptstr. 9, 4040 Linz Tel.: (0732)/731216	Anglisht Frëngjisht Italisht	
Dr. Klaus Strasser Goethestr. 50, 4020 Linz Tel.: (0732)/668320	Anglisht Italisht	
Dr. ⁱⁿ Margareta Strasser Hauptstr. 72, 4040 Linz Tel.: (0732)/700668	Anglisht Frëngjisht Greqisht	
Dr. Christian Taglieber Fabrikstr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/772809	Anglisht Pak frëngjisht Pak italisht	
Dr. ⁱⁿ Gabriele Tkalec-Hofreiter Sophiengutstr. 18, 4020 Linz Tel.: (0732)/772424	Anglisht	
Dr. Gunter Wahl Figulystr. 38, 4020 Linz Tel.: (0732)/668008	Anglisht	
Dr. Heinz Wiesinger Ferihumerstr. 14, 4040 Linz Tel.: (0732)/732606	Anglisht	
Dr. Klaus Wild Franckstr. 28, 4020 Linz Tel.: (0732)/655248	Anglisht Frëngjisht	
Dr. Wilfried Wolkerstorfer Froschberg 19, 4020 Linz Tel.: (0732)/657096	Anglisht Frëngjisht Spanjisht	

IF *Mjekja ose mjeku privat*

Mjekësia e dhëmbëve, gojës dhe nofullave/Kirurgjia e gojës, nofullave dhe fytyrës (Kirurg dentar)


DDr. Johannes Brücke  Spittelwiese 6/3, 4020 Linz Tel.: (0732)/793079	Anglisht Frëngjisht	Kroatisht
--	------------------------	-----------

(Të dhënat janë të bazuara në një anketim të kryer nga Dhoma e Mjekësisë për Austrinë e Sipërme në bashkëpunim me Zyrën e Integracionit, korrik/gusht 2004)

Mjeko dhe mjekë të specializuar për mjekësinë e dhëmbëve, gojës dhe nofullave në ambulancën dentare të sigurimeve shoqërore për Austrinë e Sipërme në Linz

Ambulanca dentare e sigurimeve shoqërore të Austrisë së Sipërme në Linz gjendet në Derfflingerstr. 2a, 4020 Linz, Tel.: (0732)/7807-2149

Dr. ⁱⁿ Elisea Adajar	Anglisht Pak gjuhë filipine
Dr. ⁱⁿ Barbara Afeltowicz	Polonisht Pak rusisht
Dr. Armin Binder	Anglisht
Dr. Peter Brazda	Spanjisht
Prim. MR Dr. Josef Bukal	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Dorothea Engleder	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Alena Enzenhofer	Çekisht
Dr. ⁱⁿ Charlotte Herman	Anglisht Pak gjuhë izraelite
Dr. ⁱⁿ Suzana Ilic	Serbisht
Dr. ⁱⁿ Irene John	Anglisht
Dr. ⁱⁿ Dorota Ksen	Polonisht
Dr. ⁱⁿ Elzbieta Laudanska	Polonisht
Dr. ⁱⁿ Laukoter Pia	Anglisht Frëngjisht
Dr. ⁱⁿ Kerstin Lindh	Anglisht Pak frëngjisht Pak gjuhë daneze Pak suedisht Pak spanjisht

 Mjekja ose mjeku privat

Mjeko/Mjek	Gjuhë e huaj
Dr. ⁱⁿ Maria Violetta Lupusor	Frëngjisht Italisht Rumanisht
Dr. ⁱⁿ Linda Malek	Anglisht
Dr. Tomasz Obolewski	Polonisht
Dr. ⁱⁿ Lea Polak	Çekisht
Dr. Jürgen Zehetmayr	Anglisht

(OÖGKK, 02/2005)

Pyetje ose paqartësi?

Shërbimi i Pacientëve të Dhomës së Mjekëve për Austrinë e Sipërme

Tel.: 0810-200216 (me tarifën lokale)

E hënë – E enjte ora 8.30 – 11.30

Zentrum für Integration
und Bildung

 **bfi**
Berufsförderungsinstitut OÖ

Kostengünstige zertifizierte

DEUTSCH - KURSE

am BFI Linz, Bulgariplatz 12
regelmäßig Tages-, Abend- und Wochenendkurse
alle Stufen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene
Kosten ab € 30,00

Information: Frau dipl.-phil. Hazira Kapidzija, Tel.: 0732 / 6922-6236
Persönliche Beratung: Mo. 09:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr,
Di. bis Fr. 09:00 – 12:00 Uhr

INFORMATIONEN UND KURSBUCHUNGEN

BFI-Serviceline zum Ortsarif 24-Stunden Service im Internet
0810 / 004 005 www.bfi-ooe.at

3 INFORMACIONE PËR SPITALET

Spitalet në Linz

- ➔ **Allgemeines Krankenhaus der Stadt Linz**
Krankenhausstr. 9, Tel.: (0732)/7806-0, Internet: www.akh.linz.at
Orari i vizitave: çdo ditë ora 13.30 – 15.30 dhe 18.00 – 19.00
të shtunave, të djelave dhe ditëve të festave edhe nga ora 11.00 deri në 12.00
Nëse është e domosdoshme, mund t'ju vemë në dispozicion përkthyesen/
përkthyesin e spitalit.
- ➔ **Diakonissenkrankenhaus Linz** (I domosdoshëm siguracion privat shtesë!)
Weißenwolfstr. 15, Tel.: (0732)/7675-0
Internet: www.diakonissen-krankenhaus.at
Orari i vizitave: çdo ditë ora 8.00 – 12.00 dhe 13.30 - 19.30
- ➔ **Krankenhaus der Barmherzigen Brüder**
Seilerstätte 2, Tel.: (0732)/7897-0
Internet: www.bbllinz.at
Orari i vizitave: çdo ditë ora 13.00 – 15.00 dhe 18.00 – 19.00
- ➔ **Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern**
Seilerstätte 4, Tel.: (0732)/7677-0
Internet: www.bhs.at/linz
Orari i vizitave: çdo ditë ora 13.00 – 15.30 dhe 17.30 – 19.00
Sektori i fëmijëve: ora 13.30 – 18.30
- ➔ **Krankenhaus der Elisabethinen**
Fadingerstr. 1, Tel.: (0732)/7676-0
Internet: www.elisabethinen.or.at
Orari i vizitave: çdo ditë ora 13.30 – 15.30 dhe 18.00 – 19.00
të shtunave, të djelave dhe ditëve të festave edhe nga ora 11.00 deri në 12.00
- ➔ **Landesfrauenklinik Linz**
Lederergasse 47, Tel.: (0732)/7674-0 (06/2006: Krankenhausstr. 26)
Internet: www.frauenklinik-linz.at/index.htm
Orari i vizitave: çdo ditë ora 13.30 – 15.30, për të punësuar: ora 18.00 – 19.00
Nëse është e domosdoshme, mund t'ju vemë në dispozicion përkthyesen/
përkthyesin e spitalit.

➔ **Landeskinderklinik Linz**

Krankenhausstr. 26, Tel.: (0732)/69 23-0

Internet: www.kinderklinik-linz.at/index.htm

Orari i vizitave: çdo ditë ora 14.00 – 16.00; për prindërit në çdo kohë

Koha e pushimit: ora 12.00 – 14.00 dhe 20.00 – 06.00

Nëse është e domosdoshme, mund t'ju vemë në dispozicion përkthyesen/përkthyesin e spitalit.

➔ **Landesnervenklinik Wagner Jauregg**

Wagner-Jauregg-Weg 15, Tel.: (0732)/6921-0

Internet: www.wagner-jauregg.at/index.htm

Orari i vizitave: çdo ditë ora 14.00 – 15.30 dhe 18.00 – 19.00

të shtunave, të djelave dhe ditëve të festave edhe nga ora 9.30 – 10.30

Nëse është e domosdoshme, mund t'ju vemë në dispozicion përkthyesen/përkthyesin e spitalit.

➔ **Unfallkrankenhaus**

Garnisonstr. 7, Tel.: (0732)/6920-0

Internet: www.auva.sozvers.at

Orari i vizitave: çdo ditë ora 13.00 - 19.00

të shtunave, të djelave dhe ditëve të festave edhe nga ora 9.00 – 11.00

Cili spital bën pranime në raste akute?

- ➔ Materniteti i Landit dhe Klinika e Landit për Fëmijë Linz
- ➔ Klinika e Landit për Sëmundjet Nervore Wagner Jauregg
- ➔ Spitali i Aksidenteve
- ➔ Ambulanca e Aksidenteve e Spitalit të Përgjithshëm Linz

Informacione për spitalet e tjerë të qytetit Linz, të cilët bëjnë pranime, i gjeni në **Gazetat aktuale ditore** ose në Internet:

www.linz.at/AKH/akh_12648.asp

Qëndrimi në spital

Ju lutemi mbani gati **numrin e siguracionit (karta jeshile e siguracionit/“e-card“)** dhe nëse të pajisur edhe fletën e mjekut për spital. Paraqituni në orar në ditën e shtrimit! (Nëse jeni pacient i kategorisë së veçantë, duhet të keni me vete dhe fletën e siguracionit tuaj shtesë dhe duhet të nënshkruani një formular obligimi).

Shpenzimet e qëndrimit në spital

Siguracioni juaj shëndetësor – me përjashtim të një pagese të vogël (Selbstbehalt) – mbulon të gjitha shpenzimet e qëndrimit tuaj në spital.

Pagesa që duhet të bëni ju**për persona të siguruar: 8,13 Euro në ditë**

por për maksimumin prej 28 ditëve për vit kalendarik – kjo do të thotë, që nëse ju keni me shumë se 28 ditë qëndrimi në spital për një vit kalendarik, nuk paguani për ditët e tjera.

Kjo pagesë nuk kryhet në rastin kur keni vendimin e sigurimeve shoqërore për mospagesë tarife ose kur jeni pacient i kategorisë së veçantë.

Pagesa juaj**për persona të siguruar nëpërmjet jush: ndërmjet 13 Euro dhe 14,40 Euro në ditë** (maksimumi për 28 ditë të vitit kalendarik).

Pagesa nuk kryhet në rastet e lindjeve.

Pagesa kryhet zakonisht ditën e daljes nga spitali. Nëse dalja nga spitali bëhet të shtunave, të dielave ose ditëve të festave, atëherë ju dërgohet fatura në adresën tuaj.

Ambulanca

Spitalet janë të pajisur dhe me sektorë të specializuar (p.sh. ambulanca e aksidenteve, ambulanca e otorinos, ambulanca dentare, ...), prej të cilave pas trajtimit përkatës mund të shkoni përsëri në shtëpi.

Edhe për kontrolltet pas daljes nga spitali duhet të drejtoheni përgjithësisht në ambulancë.

Është e mundshme, dhe që mjekja ose mjeku juaj t'ju dërgojnë për një vizitë të specializuar në ambulancën e spitalit.

Gjatë fundjave dhe ditë festash ambulancat e spitaleve qëndrojnë hapur (nuk kërkohet çertifikatë shëndetësore). Mbani gati për regjistrim numrin tuaj të siguracionit (kartën jeshile të sigurimit/"e-card").

4 NDIHMË PËR GJËNDJEN PSIQIKE DHE SHPIRTËRORE

Ndodhi të veçanta të rënda (humbja e vendit të punës, vdekja e njerëzve të afërm, vështirësi financiare, ndarja, ...) janë ndryshime rrënjësore në jetën tuaj dhe prishin balancën shpirtërore. Nëqoftëse jeni në dilemë dhe nuk dini më, se si do shkojnë punët më tej, ose keni ndjenjën, që çdo gjë e bëni gabim, atëherë mos ngurroni që të merrni ndihmë profesionale (psikologe/psikolog, psikiatre/psikiatër, psikologe/psikolog terapie).

Simptomat në gjëndje krizash psiqike e shpirtërore:

- ➔ izolim, humbje dëshire për gjithshka
- ➔ mënyra sjelljeje të pakëndshme, të paqarta
- ➔ mendime, të cilat nuk i shpjegoni dot, ose ndjenja, të cilat janë për ju të huaja, të panjohura ose që ndikojnë negativisht
- ➔ sjellje e acaruar agresive
- ➔ mbyllje e brendshme (e/i qetë, jo e/i interesuar)

Njerëzit e ambientit që ju rrethon, të cilët vuajnë nga kriza të tilla psiqike e shpirtërore, kanë nevojë për ndihmën tuaj. E rëndësishme është që të mos veprohet sikur problemet janë të padukshme, ndihma duhet të jetë aktive. Sjellja e duhur bën të mundur që të parandalohen edhe situata me pasoja shumë negative.

Si mund të ndihmoni ju?

- ➔ mos u tregoni indiferente/indiferentë; afrojuni këtyre personave në mënyre aktive
- ➔ konceptoni dhe afroni personin që ka nevojë për ndihmë
- ➔ përpiquni të vini veten në vendin e saj/tij, pa bërë vlerësime
- ➔ mos mbivlerësoni veten
- ➔ dëgjoni me vëmendje dhe vini kohë në dispozicion
- ➔ jepni pak këshilla, vetëm jini të pranishëm
- ➔ ndërmerri hapa aktive pa diskutime
- ➔ kërkonin me iniciativën tuaj ndihmë profesionale

(Burimi: *pro mente Oberösterreich*, Broshura „kur gjithshka shtohet shumë ...“)

! Ju lutemi kini parasysh:

Shënja të qëllimit të **vetëvrasjes**, të cilat bëhen nga vetë personi të qarta, duhet të merren në çdo rast seriozisht!

Organizoni në situata kritike ndihmë profesionale!

Tregoni kujdes për shëndetin tuaj psiqik e shpirtëror!

10 pikat e mëposhtëme mund t'ju ndihmojnë në këtë drejtim:

1. konceptoni vetëveten
2. flisni për këtë
3. qëndroni aktiv
4. mësohuni me eksperiencën e re
5. mbani kontakt me miqtë
6. kryeni diçka krijuese
7. merrni pjesë, mos qëndroni i mënjanuar
8. kërkoni ndihmë
9. çlodhuni
10. mos e lëshoni veten

(Burimi: *pro mente Oberösterreich, Broshura „kur gjithshka shtohet shumë...“*)

Në rastet urgjente:**➔ Urgjenca e Shërbimit Socialo-Psiqik/ Psychosozialer Notdienst**

Telefonatë urgjence në rastet e krizave psiqike
Figulystr. 32, 4020 Linz
Tel.: (0732)/651015

➔ Qendra e Ndërhyrjes në Gjëndje Krizash/Kriseninterventionszentrum

Qendër terapie për njerëzit me kriza psiqike
Hessenplatz 9, 4020 Linz
Tel.: (0732)/2177
E hënë deri e premte ora 8 - 19

➔ Ndhima Urgjencë Pastorale Shpirtërore/Notruf Telefonseelsorge 142**➔ Klinika e Sëmundjeve Nervore e Landit Wagner-Jauregg/Landesnervenklinik**

Wagner-Jauregg-Weg 15, 4020 Linz
Tel.: (0732)/6921-0

Konsultim dhe Shoqërim në Rastet e Krizave Psiqike**➔ Ambulanca multikulturale/****Klinika e Sëmundjeve Nervore e Landit Wagner-Jauregg**

Ofertë speciale trajtimi mjekësor me përkthyes/e për sëmundjet psiqike
akute ose të rënda (sipas orarit të rënë më parë dakort)
Wagner-Jauregg-Weg 15, 4020 Linz
Tel. (0732)/6921-26531
E martë ora 13 – 15, E premte ora 9 – 11

**➔ Qendra konsultore Socialo-Psiqike Linz-Qendër/
Psychosoziale Beratungsstelle Linz-Mitte, Pro mente**

Scharitzerstr. 16, 4020 Linz
Tel: (0732)/668238
e-mail: psb.linz.mitte@promenteoee.at

➔ **Qendra konsultore Socialo-Psiqike Linz-Jug/
Psychoziale Beratungsstelle Linz-Süd, Pro mente**

Wiener Str. 486, 4030 Linz

Tel: (0732)/318924

e-mail: psb.linz.sued@promenteooe.at

Zonja Mag.^a **Zarfina Helac** *Psikologe / Konsultë, terapi sociale në gjuhën bosnjake-kroate-serbe.*

➔ **Point, Qendër Konsultimi për Çeshtjet e Drogës/
Point, Beratungsstelle für Suchtfragen, Pro mente**

Starhembergstr. 11/2, 4020 Linz

Tel.: (0732)/770895-0 (ju lutemi për lënje orari)

Orari:

E hënë, E premte ora 10 – 16

E martë, E enjte ora 12 – 18

➔ **Qendra Socialo-Psiqike Linz-Urfahr/
Psychosoziales Zentrum Linz-Urfahr, Exit sozial**

Konsultë, Ndërhyrje në raste krizash, Terapi psiqike

Wildbergstr. 10a, 4040 Linz

Tel.: (0732)/719719 në çdo kohë

e-mail: psz.linz@exitsozial.at

➔ **Ambulanca Psiquatrike Sociale/Sozialpsychiatrische Ambulanz, Exit sozial**

Vizita neurologjike dhe terapi, konsultë mjekësore, terapi psiqike, përkujdesje nga një personel i diplomuar, ndihmë urgjencë psiquatrike, konsultë për të afërmit

Wildbergstr. 10a, 4040 Linz

Tel.: (0732)/700595

e-mail: ambulanz@exitsozial.at

Orari:

E hënë, E mërkurë ora 9 – 13

E martë, E enjte ora 14 – 18

E premte ora 9 – 15

- ➔ **Përkujdesje Mobile/Mobile Betreuung, Exit sozial**
Konsultë dhe shoqërim në banesë
Wildbergstr. 10a, 4040 Linz
Tel.: (0732)/716963
e-mail: mobet@exitsozial.at

- ➔ **Qendra e Migracionit për Migrantet dhe Migrantët OÖ/
migrares Zentrum für MigrantInnen OÖ**
Humboldtstr. 49, 4020 Linz
Zonja Sebiha Muslu, **Konsultore për jetën dhe temat sociale në gjuhë
turke dhe gjermane**
Lënja e orarit në këtë numër telefoni (0732)/667365-12

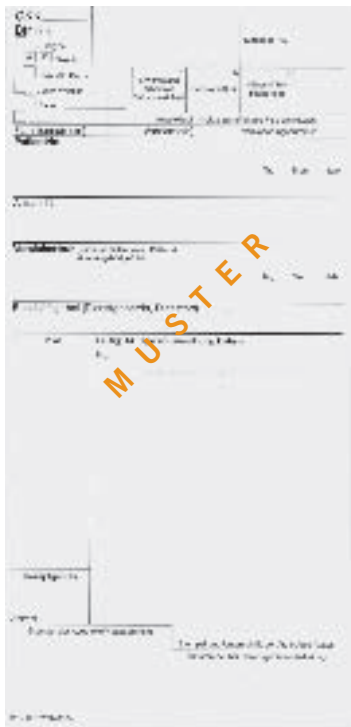
- ➔ **Ndihma dhe Përkujdesja për të Përndjekurit Politikë Austria e Sipërme/
Volkshilfe Flüchtlingsbetreuung Oberösterreich**
**OASIS Përkujdesje Psiqiko-Terapike për të Përndjekurit Politikë/
OASIS Psychotherapeutische Betreuung von Flüchtlingen**
Schillerstr. 34, 4020 Linz
Tel.: (0732)/603099
e-mail: therapieprojekt@volkshilfe-ooe.at

- ➔ **BILY, Qendër Konsultore për të Rinj, Familje dhe Çeshtje Seksuale/
BILY, Jugend- Familien und Sexualberatungsstelle**
Weißenwolfstr. 17a, 4020 Linz
Tel. (0732)/770497
e-mail: bily@cybertown.at
Orari
E hënë ora 15 – 18
E mërkurë ora 17 – 20
E enjte ora 12 – 15
dhe sipas rënjes dakort

- ➔ **Shoqata e Punës Profilaktike Shëndetësore/
PGA – Verein für Prophylaktische Gesundheitsarbeit**
Kaplanhofstr. 1, 4020 Linz
Terapi psiqike gratis
Kontakt telefonik dhe lënja orari në numrin e telefonit 0699/177771239 të
mërkurave ndërmjet orës 9 – 10

5 SHËRIMI ...

Medikamente, Receta



Receta

Nëqoftëse keni nevojë për mjekim medikamentoz, mjeku ju plotëson një **recetë** me medikamentet e duhuara. Këtë recetë (të plotësuar korrekt!) juve duhet ta paraqisni në farmaci, në bazë të saj ju jepen juve medikamentet përkatëse. Për çdo medikament të marrë me recetë ju nuk paguani çmimin e plotë të tij (i cili shpesh është shumë i lartë), pagesa që ju kryeni direkt në farmaci është një **tarifë recete mjekësore prej 4,45 Euro**.

Mospagesa e tarifës së recetës mjekësore:

Nëse të ardhurat tuaja neto në muaj nuk i tejkalojnë kufinj të e mëposhtëm, ju keni mundësinë të bëni një kërkesë në sigurimet shoqërore për të mos paguar tarifën e recetës:

€ 662,99 për persona që jetojnë vetëm
€ 1.030,23 për çiftë

(Për çdo fëmijë, që jeton me ju në të njëjtën banesë, ose kur vërtetoni shpenzime për arsye shëndetësore mbi mesataren, këto kufinj rriten.)

Aprovimi i medikamenteve

Disa medikamente me recetë ju jepen nga farmacia vetëm atëhere, pasi të jetë marrë nënshkrimi i shefit të shërbimit në siguracionin shëndetësor – mjekja ose mjeku juaj ju informojnë më hollësisht në këto raste. (Për medikamente të tilla, të cilat kërkojnë aprovim dhe që duhen marrë vazhdimisht, mund të lëshohen receta për një kohë të gjatë.)

Receta private:

Medikamente, recetat e të cilave i lëshon një mjek ose mjek privat, duhet të paguhen në fillim plotësisht vetë. Më pas mund të bëni kërkesën për kthimin e pagesës në siguracionin tuaj shëndetësor, duke bashkangjitur recetën dhe faturën e paguar.

❗ **Këshillë:** një recetë private mund ta paraqisni në siguracionin shëndetësor të Austrisë së Sipërme, i cili e konverton atë në një recetë normale – nëpërmjet kësaj nuk ju krijohen shpenzime shtesë – përveç tarifës normale të recetës për çdo medikament.

Produkte bimore

Mjekimet homeopatike janë të përfituara nga bimët, pra baza e përbërjes së tyre është vetëm bimore. Ato merren në farmaci si çdo medikament tjetër. Siguracioni shëndetësor merr përsipër shpenzimet për produkte homeopatike vetëm në raste të jashtëzakonshme dhe të shoqëruar me një vërtetim nga mjeku.

E rëndësishme për medikamentet:

Në farmaci shkruhet mbi çdo paketë sa tableta dhe sa herë në ditë duhet t'i merrni ato:

p.sh. „(1 / 1 / 2)“ do të thotë, që ju duhet të merrni një tabletë në mëngjes, një tabletë në drekë dhe dy tableta në darkë

ose „(1 / - / 1)“: një tabletë në mëngjes, në drekë nuk merrni tabletën, një tabletë në darkë

- ➔ Ju lutemi respektoni dozimin sipas mjekes ose mjekut tuaj të medikamenteve! Nëqoftëse një medikament ju jep veprime anësore, informoni sa më shpejt të jetë e mundur mjeken ose mjekun tuaj!
- ➔ Ju lutemi respektoni kohën e marrjes së medikamentit, siç e ka përcaktuar mjeku – marrja e medikamenteve nuk duhet të ndërpritet vetë!
- ➔ Disa medikamente duhen ruajtur në frigorifer – ju lutemi shikoni shënimin në kutinë e tyre!
- ➔ Në rastet kur ju jepen medikamente, të cilat duhen marrë për një kohë të gjatë, mos harroni të shkoni tek mjekja ose mjeku juaj në kohën e duhur për të marrë një recetë të re.
- ➔ Gjatë përdorimit të medikamenteve, të cilat i keni në shtëpi, kini gjithmonë kujdes për datën e skadencës, e cila është e shënuar në kuti!
- ➔ Medikamente, të cilat kanë skaduar, ju lutemi të mos i hidhni në plehërat e shtëpisë, por dorëzojini në farmaci!

Medikamente pa recetë

Ka mjekime, të cilat përdoren në rastet e sëmundjeve të lehta, kalimtare, të cilat ju mund t'i bleni pa recetë me çmimin përkatës së farmacistë (tableta kundër dhimbjeve, tableta kundër dhimbjeve të fytyrës, shurup kolle, ...).

Këshillohuni për to në farmaci!

Farmacitë në Linz



Farmacitë i gjeni ju kudo, ku shikoni këtë simbol

Adresat e farmacive, të cilat kryejnë **shërbim nate, fundjave** ose **ditë festash**, i gjeni në gazetatat aktuale ditore ose në tabelat e farmacive në afërsi të vendbanimit tuaj.

Informacion telefonik:

Samariterbund (0732)/2124

Rotes Kreuz (0732)/7644-0

Rettungsleitzentrale (0732)/2144

Në çdo farmaci mund të merrni ju planin e shërbimit të tyre.

Nëqoftëse ju bleni medikamente në farmacinë e rojës së natës, në fundjave ose në ditë festash, duhet të paguani një **shtesë** prej **1,20 Euro** (gjatë ditës) dhe **3,60 Euro** (gjatë natës ndërmjet orës 20 të mbrëmjes dhe asaj 6 të mëngjesit).

6 RUANI SHËNDETIN ...

Në Austri ju ofrohen mundësi të ndryshme, të cilat ju ndihmojnë juve të jeni të shëndetshëm dhe të ruani shëndetin tuaj.

Vizita profilaktike

Edhe kur e ndjeni veten të shëndetshëm duhet të jetë për ju i vetëkuptueshëm një kontroll mjekësor i rregullt i gjëndjes suaj shëndetësore. Shumë sëmundje, po të konstatohen në kohën e duhur, mund të mënjahohen ose shërohen më lehtë dhe më shpejt.

Nëqoftëse keni mbushur moshën 19 vjeçare, mund të kryeni gratis një herë në vit vizitën profilaktike (për të cilën nuk paguhet tarifa e çertifikatës mjekësore).

Programi bazë i vizitës profilaktike përmban:

- ➔ Analizë gjaku
- ➔ Analizë urine
- ➔ Analizë feçe për gjurmë gjaku (mbi moshën 40 vjeç)
- ➔ Bisedë për sëmundjet e deritanishme dhe shqetësimet aktuale
- ➔ Vizitë e përgjithshme e trupit (sikurse dhe gjoksi/prostata)
- ➔ Matje e tensionit të gjakut
- ➔ Biseda përfundimtare

Gjatë bisedës me mjekun ai ju vë në dijeni për përfundimet e vizitës dhe ju jep këshillat përkatëse, se si mund të reduktoni faktorët e dëmshëm për shëndetin tuaj dhe si mund të jetoni sa më shëndetshëm.

Vizita profilaktike speciale për gratë, e cila kryhet nga një mjeke gjinekologe ose mjek gjinekolog përbëhet ndër të tjera nga biseda për të konstatuar hershëm simptoma të mundshme të sëmundjes dhe marrja e analizës për diagnostikim bakteriologjik ose citologjik të membranave të organeve seksuale. Për gratë mbi moshën 40 vjeç kryhet gjithashtu një herë në vit një vizitë radiologjike e gjoksit („Mammographie“).

Kryeni vizitat profilaktike njëvjeçare! Për shembull në Siguracionin Shëndetësor të Austrisë së Sipërme/Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse (OÖGKK):

➔ Vizita profilaktike

Gruberstr. 77, 4020 Linz

Regjistrimi: Tel.: (0732)/78 07-22 98

e-mail: vorsorgeuntersuchung@ooegkk.at

Konsultoret për prindërit dhe nënat

Për çështjet e shëndetit të foshnjës ose fëmijës suaj në moshë të vogël konsultoret e qytetit Linz ju ofrojnë në afërsi të vendbanimit tuaj **konsulta gratis** nëpërmjet një **mjeke pediatre** ose një **mjeku pediatër** për: ushqimin, përkujdesjen, vaksinimin

- ➔ **Am Bindermichl**, Am Bindermichl 66, 4020 Linz
Tel.: (0732)/344249
E premte ora 9 - 11.30
- ➔ **Auwiesen**, Allendeplatz 4, 4030 Linz
Tel.: (0732)/311742
E hënë ora 14.30 - 17, E enjte ora 9 - 11.30
- ➔ **Biesenfeld**, Dornacher Str. 7, 4040 Linz
Tel.: (0732)/243561
E hënë, E mërkurë ora 14 - 16.30, E premte ora 9 - 11.30
- ➔ **Ebelsberg-Ennsfeld**, Hofmannsthalweg 8, 4030 Linz
Tel.: (0732)/301056-18
E hënë, E premte ora 9 - 11.30, E mërkurë ora 14.30 - 17
- ➔ **Europastraße**, Europastr. 12, 4020 Linz
Tel.: (0732)/371375
E hënë ora 14.30 - 17
- ➔ **Franckstraße** (Dorfhalle), Franckstr. 68, 4020 Linz
Tel.: (0732)/654541-14
E mërkurë ora 14.30 - 17
- ➔ **Hertzstraße**, Hertzstr. 18, 4020 Linz
Tel.: (0732)/331406
E martë ora 14.30 - 17
- ➔ **Karl-Steiger-Straße**, Karl-Steiger-Str. 2, 4030 Linz
Tel.: (0732)/302071
E enjte ora 14 - 16.30
- ➔ **Landeskinderklinik**, Krankenhausstr. 26, 4020 Linz
Tel.: (0732)/6923-0
E enjte ora 9.30 - 11.30
- ➔ **Leonfeldner Straße**, Leonfeldner Str. 102a, 4040 Linz
Tel.: (0732)/731269
E mërkurë ora 14.30 - 17

- ➔ **Neues Rathaus**, Hauptstr. 1 – 5, 4041 Linz,
Eingang Fiedlerstraße
Tel.: (0732)/7070-2656
E enjte ora 14.30 - 17
- ➔ **Pichling**, Heliosallee 84, 4030 Linz
Tel.: (0732)/320071
E martë ora 14 - 16.30
- ➔ **Rohrmayrstraße**, Rohrmayrstr. 1, 4030 Linz
Tel.: (0732)/82008
E martë ora 14.30 - 17
- ➔ **Tegetthoffstraße**, Tegetthoffstr. 23, 4020 Linz
Tel.: (0732)/653568
E martë, E enjte ora 14.30 - 17
- ➔ **Zaunmüllerstraße**, Zaunmüllerstr. 4, 4020 Linz
Tel.: 0664/4745002
E martë ora 14.15 - 16.45

Vaksinat

Vaksinat janë mjeti mbrojtës më efektiv nga sëmundje të rezikshme – për shembull kundër Ixodidae/Zecken (meningiti i verës së hershme/FSME), paralizës fëminore, difterisë, fruthit-shytave-rubeolës, ... Një librezë vaksinimi është shumë efikase për të ndjekur planin e vaksinimit. Në raste sëmundjesh përbën ajo për mjeken ose mjekun përkatës një ndihmesë të madhe për konstatimin e mbrojtjes vaksinore në trupin e fëmijës.

Vaksina kundër Ixodidae/Zecke (FSME)

Nëpërmjet pickimit nga një Zecke mund të sëmureni nga meningiti i verës së hershme. Pasojat e kësaj sëmundje mund të shkaktojnë nga paralizat deri në vdekje. Mënyra e vetme efikase për parandalimin e një sëmundjeje të tillë është vaksinimi.

- ➔ është i mundshëm pas mbushjes së moshës 1 vjeç, vaksinimi bazë përbëhet nga 3 vakcina të pjesëshme
- ➔ Zgjatja e efektit mbrojtës së vaksinës: mesatarisht 3 vjet, më pas rekomandohet rifreskimi

Vaksina kundër Hepatitis A, Hepatitis B

Transmetimi i Hepatitis A-nëpërmjet viruseve nga: ujë i ndotur, lëngje ose kontakt të drejtpërdrejtë me të infektuarin.

- ➔ vaksinë e kombinuar (A+B)
nga Hepatitis A mbrojtja zgjat mesatarisht 10 vjet, nga Hepatitis B shumë vjet

Vaksina kundër Tetanus

Sporet e tetanus gjenden në gjithë botën në tokë dhe janë shumë rezistente. Nëpërmjet ndotjes këto spore mund të futen në trup.

- ➔ është i mundshëm pas moshës 7-vjeçare
 - 2 vakcina të pjesëshme me 4 javë ndërmjet, vakcina e tretë pas 6-12 muajsh
 - rifreskimi: çdo 10 vjet

Vaksina kundër Gripit

rekomandohet veçanërisht për njerëz në moshë mbi 60 vjeç dhe të sëmurë kronikë.

- ➔ vaksinë një herë në vit

(Përshkrimi „Vaksinat“ si vazhdim i broshurës „Ruajtja e shëndetit dhe si të mbrohemi nga sëmundjet“; Rotes Kreuz, 2003)

Fëmijët dhe të rinjtë janë më të rrezikuar nga sëmundjet, prandaj vaksinimi i tyre është shumë i rëndësishëm. Nëpërmjet vaksinimit në kohën e duhur jeni ju dhe familja juaj të shëndetshëm!

Shërbimi vaksinor i Zyrës së Shëndetit në Bashkinë e Qytetit Linz vaksinon kundër ...

- ➔ Difterisë, Tetanusit (sëmundje e plagëve)
- ➔ Pertussis (kollës së mirë)
- ➔ Haemophilus influenzae b (influcencës)
- ➔ Poliomyelitis (paralizës së fëmijëve)
- ➔ Fruthit-shytave-rubeolës
- ➔ Hepatitis B
- ➔ Ixodidae/Zecken (Meningitis së verës së hershme/FSME)
- ➔ Gripit

Këto vaksinime (me përjashtim të asaj të ixodidae dhe gripit) janë gratis për fëmijët deri në moshën 15-vjeçare. Për koston e vaksinave për të rritur informohuni ju lutem në Zyrën e Shëndetësisë.

Zyra e Shëndetësisë, Shërbimi Vaksinor/Gesundheitsamt der Stadt Linz, Impfservice

Neues Rathaus, Hauptstr. 1-5, 4041 Linz

Tel.: (0732)/7070-2631

e-mail: impfservice@mag.linz.at

E hënë – E premte: ora 7.30 - 12

E hënë dhe e enjte: ora 14 – 17

Mbrojtja nga AIDS

AIDS (dobësi e imunitetit) përbën një sëmundje ngjitëse, e cila shkaktohet nga një virus (HIV=virusi që dëmton imunitetin). I infektuar me HIV ose pozitiv-HIV do të thotë, që ekziston aftësia e transmetimit të virusit. Si pasojë e infeksionit dëmtohet sistemi imun. Kjo mund të zgjasë disa vjet. Gjatë kësaj kohe personi vetë nuk e ndjen që është i sëmurë, ndërkohë mund të transmetojë ai virusin në persona të tjerë. Në kohën e sotme është shërimi i AIDS i pamundur. Por nëse infeksioni konstatohet relativisht shpejt, ekziston mundësia që nëpërmjet marrjes së medikamenteve të mbrohet sistemi imun dhe sëmundja të pengohet ose parandalohet.

Transmetimi i infeksionit mund të ndodhë vetëm atëhere kur në trup hyn gjak i infektuar me virus ose sekrecione hormonale të organeve seksuale mashkullore dhe femërore të infektuara me virus (nëpërmjet plagëve të hapura ose marrëdhënjeve seksuale). Lëngje të tjera trupore (sekrecione orale, djersë) nuk përbëjnë rrezik për ngjitjen e sëmundjes. Mënyra më e përhapur e transmetimit të sëmundjes është marrëdhënja e pambrojtur seksuale. Prandaj përdorni për mbrojtje **preservativë!**

Gjithashtu një rrezik i madh për marrjen e virusit përbën përdorimi i së një njiëjtës shiringë dhe age injeksioni nga persona të ndryshëm (dependentë droge).

Kontakti nëpërmjet lëkurës, kontakti trupor si për shembull takim duarsh, përkëdhelje, ose kollitja, teshtima, përdorimi i përbashkët i enëve nuk përbëjnë rrezik për ngjitjen e virusit.

Nëqoftëse jepni **ndihmë të parë**, përdorni për mbrojtje gjatë trajtimit të plagëve me gjak **doreza për një përdorim** (mbahen me vete në makinë), të cilat pas përdorimit i zëvendësoni me të reja. Gjatë dhënjes së ndihmës nëpërmjet frymëmarrjes gojë-hundë (ose frymëmarrje gojë-gojë) përdorni si mbrojtje një **shami speciale** (vetëm për një përdorim)!

Nëpërmjet një „**Testi për AIDS**“, i cili mund të kryhet **gratis dhe anonim** pranë AIDS-Hilfe Oberösterreich, mund të diagnostikohet nëse jeni të infektuar me HIV ose jo. AIDS-Hilfe ofron dhe konsultë e përkujdesje, nëse testi rezulton pozitiv (=i infektuar me virusin e AIDS).

➔ Aidshilfe Oberösterreich

Langgasse 12, 4020 Linz

Tel.: (0732)/2170

e-mail: office@aidshilfe-ooe.at

E hënë ora 14 – 18, E mërkurë ora 16 – 20, E premte ora 10 –14

Lëvizja fizike

Lëvizja fizike është shumë e rëndësishme për shëndetin. Nuk është e domosdoshme të kryeni gjithmonë sport, edhe nëpërmjet punës fizike në kopësht (p.sh. kositje bari) arrihet forcimi i muskujve të caktuar. E rëndësishme është që gjatë ditës trupi të ketë lëvizje të mjaftueshme, të cilat mënjanojnë ngarjesën e njëanshme të tij. Lëvizja fizike të çlodh, të mban fit dhe nuk duhet të jetë patjetër me pagesë.

Disa lëvizje të rekomandueshme:

- mënjaroni ashensorin, përdorni shkallët
- shfrytëzoni edhe distanca të shkurtra, çdo lëvizje ka vlerën e saj
- për rrugë të shkurtra mënjaroni makinën
- shkoni me biçikletë në punë
- zgjidhni një lloj sporti, i cili ju sjell kënaqësi
- 3 x në javë të paktën 15 minuta shëtitje ose vrap
- në vendin e punës vazhdimisht dy minuta turrje dhe lirim të muskujve
- 10 minuta lëvizje fizike është më mirë se aspak!

Ushqimi

Marrja e një ushqimi të ekuilibruar është e rëndësishme për shëndetin tuaj. Trupi duhet furnizuar me të gjitha lëndët e domosdoshme ushqyese (proteina, yndyrna, koleidrate, vitamina, ...).

Nëpërmjet ushqimit optimal zvogëloni rrezikun e sëmundjeve. Nëqoftëse ju merrni ushqime shumë të yndyrshme, rritet rreziku i sëmundjeve si tension i lartë i gjakut (rrezik për infarkt zemre), të qarkullimi të gjakut, sëmundjeve reumatizmale, të shkëmbimit të lëndëve në trup (artroza, diabeti) ose kancer.

Është patjetër e domosdoshme që të mënjahohen në mënyre strikte ushqime të caktuara, por dhe të tjerat nuk duhet të konsumohen në sasi të mëdha. Edhe një përkufizim ushqime „të mira“ ose „të keqija“ nuk ndihmon shumë. Për një ushqim të shëndetshëm luan rol shumë të madh dozimi i drejtë dhe sasia, pavarësisht, nëse bëhet fjalë për yndyrna, kripë ose sheqer.

Nëqoftëse keni pyetje dhe paqartësi për temën „Ushqimi“, ju konsultojnë me kënaqësi bashkëpunëtorët e Zyrës së Shëndetit. Ju lutemi telefononi për lënjen e një orari!

➤ Zyra e Shëndetit e Qytetit Linz

Hauptstr. 1-5, 4041 Linz

Tel.: (0732)7070-2617

e-mail: gesundheitservice@mag.linz.at

Piramida e ushqimit

... poshtë konsumoni, sipër kurseni!

Të ëmblat dhe alkoholi

Konsumi i madh përforcon ose shkakton probleme të shëndetit.

Yndyrna, vajra, fruta me përmbajtje të lartë yndyre (arra, lajthi, bajame)

Transportojnë energji depozituese dhe shkatërrojnë shumë vitamina të tretshme në yndyrna. 1-2 lugë gjelle vaj (vaj sallate, vaj gatimi) mbulon nevojën ditore. Arrat, lajthitë, bajamet përmbajnë yndyrna të vlefshme, por dhe shumë kalori.

Mish, peshk, sallam, vezë

Përmbajnë shumë yndyrna dhe kolesterolin. Mish dhe pulë kufizoni në 2 deri 3 herë në javë! Peshku është një alternativë me më pak yndyrë përkundrejt mishit.

Qumësht, djathë, nënprodukte qumështi

Përmbajnë kalçium dhe proteina. Kini kujdes për sasinë e yndyrës – produkte me pak yndyrë nuk përmbajnë më pak kalçium, por më pak yndyrna dhe më pak kalori.

Perime, sallata, fruta

Përmbajnë shumë vitamina, lëndë minerale dhe lëndë koleidrate. 5 racione fruta/perime në ditë janë optimale. Vlerësoni frutat dhe perimet e stinës.

Buka, drithërat dhe frutat bishtajore

Buka dhe drithërat shërbejnë për energji, transportojnë proteina bimore, vitamina, lëndë minerale, koleidrate. Preferoni produkte të bukës së zezë. Frutat bishtajore (bizele, fasule) përmbajnë shumë proteina bimore.

Ujë, çaj, kafe

Pini çdo ditë 2 litra ujë të zakonshëm ose mineral pa i ëmbëlsuar/çajra mali ose frutash me pak ëmbëlsi. Mos përdorni për shuarjen e etjes: limonata dhe lëngje frutash. Jo më shumë se 2 filxhanë kafe, çaj të zi ose jeshil në ditë (kafeina thith lëngjet e trupit)!

(Burimi: Salzburger Gebietskrankenkasse, <http://esv.sgkk.at>)

Këshilla për një ushqim të shëndetshëm:

- vakte të rregullta
- çdo ditë fruta, perime, sallatë
- hani ngadalë dhe përtyponi mirë
- bukë të zezë, të lyer hollë me diçka me pak yndyrë
- ngopuni me perime; mishi vetëm për shije
- mos hani ndërmjet vakteve, megjithatë më mirë fruta se sa ëmbëlsira
- lëngje të shumta me pak kalori
- alkoholi nuk shuan etjen, ai përbën një pije që shijohet!

Pirja e duhanit

Në tymin e duhanit gjënden nikotinë, tarë, monoksid karboni si dhe substanca të tjera kimike të dëmshme. Pasoja të mundshme të pirjes së duhanit janë bronkiti kronik, sëmundje të zemrës dhe të enëve të qarkullimit të gjakut, të rrugëve të frymëmarrjes, të pjesës fundore të gjuhës ose dhe kancer i mushkërive.

Meqënëse nuk është gjithmonë e lehtë të heqësh dorë nga pirja e duhanit, ekziston mundësia për të marrë pjesë për shembull në seminarët gratis për lënjen e duhanit, të cilat i organizon siguracioni juaj shëndetësor. Për mundësi të tjera terapie për zëvendësimin e nikotinës (p.sh. ankerplast me nikotinë), mund të drejtoheni tek mjekja ose mjeku i familjes.

Dhëmbë të shëndetshëm

Karies është nga sëmundjet më të përhapura të dhëmbëve. Nëpërmjet kujdesit të duhur (higjiena e gojës, marrje e mjaftueshme e florit, ushqim i përshtatshëm, vizitë mjekësore në intervale të rregullta kohe tek dentistja ose dentisti) mund të parandalohen sëmundjet e mishit të dhëmbëve dhe të vetë dhëmbëve.

Për të ruajtur sa më gjatë dhëmbë të shëndetshëm, duhet të fillohet që në fëmijëri të kujdeset sa më shumë për pastrimin dhe mirëmbajtjen sa më të mirë të tyre dhe kjo edukatë duhet ndjekur me konsekuencë.

Ju mund të parandaloni karies, nëqoftëse ju ndiqni këshillat e mëposhtëme:

- më shumë perime, bukë, qumësht se sa snacks të butë dhe të ëmbël dhe Lëngje frutash
- pastroni dhëmbët 2 herë në ditë (pas buke, veçanërisht në darkë para se të flini)

7 ÇËSHTJE E GRAVE ...

Shtatzania



Sapo të kuptoni që jeni shtatzanë, duhet të shkoni rregullisht tek një gjinekologe ose gjinekolog. Atje ju pajiseni me një **pashaportë nënë-fëmijë/ Mutter-Kind-Pass**.

Me anë të saj ju jepet mundësia që të merrni pjesë në një **program vizitash gratis**, pra gjithë vizitat shëndetësore gjatë shtatzanisë si dhe gjatë vitit të parë të fëmijës janë për ju falas. Vetëm në këtë mënyrë mund të zbulohen dhe të kurohen në kohën e duhur sëmundje nga më të ndryshmet.

Pashaporta nënë-fëmijë lëshohet që në fillim të shtatzanisë.

Gjatë shtatzanisë parashikohen brenda afateve të caktuara 6 vizita gjinekologjike, 2 ekografi dhe një vizite e organeve të brendshme.

Për fëmijën tuaj janë parashikuar 9 vizita mjekësore, duke filluar në javën e parë direkt pas lindjes deri në vitin e 5-të të jetës.

Të gjitha vizitat tuaja regjistrohen nga mjeku përkatës në pashaportën tuaj nënë-fëmijë (gjinekolog, pediatër, patolog).

Ju lutemi vini re, që vizitat shëndetësore në shtatzani së bashku me vizitat e fëmijës deri në muajin e 14-të janë kushti, që juve t'ju aprovohet pagesa për përkujdesjen ndaj fëmijës edhe pasi fëmija të ketë mbushur moshën prej 21 muajsh!

Ku pajiseni me pashaportën nënë-fëmijë?

- ➔ tek gjinekologja ose gjinekologu
- ➔ tek mjekja ose mjeku juaj i shtëpisë
- ➔ në Zyrën e Shëndetit të Bashkisë Linz
- ➔ në të gjitha ambulancat e spitaleve, të cilat kanë dhe pavione lindjeje

Çertifikata mjekësore për të gjitha këto vizita është gratis!

Nuk duhet të harroni në asnjë mënyrë:

- ➔ Mbani gjithmonë me vete në interesin tuaj pashaportën nënë-fëmijë!
Në raste urgjente mund t'ju vihet shumë më shpejt në ndihmë.
- ➔ Kryeni gjithë vizitat mjekësore në kohën e duhur dhe tregoni kujdes që ato të jenë dokumentuara patjetër në pashaportën tuaj!
- ➔ Vizitat e detyrueshme mjekësore janë kushti që ju siguron tërheqjen e pagesës për përkujdesjen ndaj fëmijës.
- ➔ Gjatë shtatzanisë duhet të mënjanoni ngarkesën fizike!
- ➔ Nëqoftëse gjatë shtatzanisë jeni në marrëdhënje pune, nuk ju lejohet me ligj të punoni 8 javë para dhe 8 javë pas lindjes (periudha e mbrojtjes së nënës).

Kompensim nënë-fëmijë nga Land OÖ

Land OÖ aprovon një kompensim nënë-fëmijë prej 370 Euro (pagesa bëhet 2 herë nga 185 Euro).

Kusht për aprovimin e kësaj ndihme financiare është kryerja e vizitave të detyrueshme, të cilat janë të shënuara në „**fletoren profilaktike**“ („Vorsorgeheft“). Atë e gjeni tek mjeku i shtëpisë, i fëmijës ose tek mjeku i grave. (Nëqoftëse banoni në Linz, nuk ju nevojitet vërtetimi për banesën nga bashkia).

Ndihma gjatë shtatzanisë

➔ Kurs parapërgatitor për lindjen

Vizitoni, nëse është e mundur, një kurs parapërgatitor për lindjen! Atje mund të krijoni kontakte me gratë e tjera, të cilat si dhe ju presin një fëmijë, si dhe merrni këshilla të rëndësishme për periudhën e shtatzanisë, të lindjes dhe të kontaktit me foshnjën pas lindjes. Këto kurse i ofrojnë të gjitha spitalet me pavion gjinekologjik lindjeje, por edhe shumë gjinekologe dhe gjinekologë të ndryshëm, Volkshochschule Linz (VHS) dhe qendrat prindër-fëmijë. Merrni informacionin përkatës!

Konsulta për gratë shtatzëna

Nëqoftëse gjatë shtatzanisë keni nevojë për konsultë, atëhere drejtohuni tek adresat e mëposhtëme:

➔ Spitali i Përgjithshëm Linz/Allgemeines Krankenhaus der Stadt Linz

Pavioni gjinekologjik
Krankenhausstr. 9, 4020 Linz
Tel.: (0732)7806-0
E hënë – E premte ora 9 – 10
E martë – E enjt ora 14 – 15
(nëse e domosdoshme, ju vihet nga spitali në dispozicion një përkthyes-e)

➔ Instituti Konsultativ për Familjen dhe të Rinjtë i Qytetit Linz/ Institut für Familien- und Jugendberatung der Stadt Linz

Pfarrgasse 7, 4. Stock, 4020 Linz
Tel.: (0732)7070-1660
e-mail: inst.fjb@ajf.mag.linz.at
ju lutemi lini një orar
(nëse e domosdoshme, ju vihet në dispozicion një përkthyes-e)

➔ Zoe Konsultë për Gratë Shtatzëna/Zoe Schwangerschaftsberatung

Bürgerstr. 1, 4020 Linz
Tel.: (0732)778300
Internet: www.zoe.at; e-mail: office@zoe.at
E hënë – E enjte ora 8.30 bis 12 (Konsulta kryhet në orarin e rënë më parë dakort)

Kur lind fëmija ...

Lindja në spital

Ju mund të lindni në Linz në spitalet e mëposhtëme:

- Landes- Frauen- und Kinderklinik
- Allgemeines Krankenhaus der Stadt Linz
- Krankenhaus der Barmherzigen Brüder
- Diakonissen-Krankenhaus (siguracën privat i domosdoshëm!)

(të gjitha adresat dhe numrat e telefonit i gjeni në këtë broshurë në faqen 31)

Nëqoftëse vendosni se në cilin spital do të kryeni lindjen, krijoni menjëherë kontakt – që në muajt e parë të shtatzanisë!

Shfrytëzoni mundësinë për të parë që më parë pavionin dhe sallën e lindjes!

Përveç mundësisë për të lindur fëmijën në spital, ekziston alternativa e „**lindjes ambulante**“: juve dilni nga spitali 24 orë pas lindjes dhe jeni nën përkujdesjen e një mamie, e cila ju bën vizita shtëpie.

Nëse dëshironi të lindni në shtëpi („**lindje shtëpie**“), interesohuni sa më shpejt për një mami dhe kushtet që duhen plotësuar për lindjen:

- **Oö. Hebammengremium**
(Tel. 0676/ 6841844, Frau Spornbauer)

Vizita profilaktike gjinekologjike

Për të njohur dhe trajtuar sa më shpejt sëmundje të caktuara, është e rëndësishme, që t'i nënshtroheni një vizite gjinekologjike **çdo 6 muaj** tek një mjekë ose mjek për gratë (gjinekologe/gjinekolog).

Gjatë kësaj vizite ju merret dhe analiza për diagnostikim bakteriologjik ose citologjik të membranave të organeve seksuale për kancer si dhe ju vizitohet gjoksi.

Informacione të mëtejshme për temën shëndeti i gruas:

- ➔ **Qendra e Shëndetit të Gruas Linz/Linzer Frauen Gesundheitszentrum**
 Kaplanhofstr. 1, 4020 Linz
 Tel.: (0732)/774460
 e-mail: office@fgz-linz.at; Internet: www.fgz-linz.at
 Orari:
 E hënë, E enjte, E premte ora 9 – 12
 E martë ora 13 – 16; E mërkurë ora 15 – 19

Mbrojtja nga shtatzania dhe planifikimi familjar (jo vetëm çështje grash ...)

Për të parandaluar një shtatzani të paplanifikuar keni në dispozicion një sërë mënyrash mbrojtjeje.

Mënyra mbrojtëse • Për kë?	Siguria
Kapsula • grua	Mënyrë shumë e sigurtë, por efekte të pakëndëshme anësore të mundshme
Prezervativ • burrë	Mënyra më e mirë për t'u mbrojtur nga AIDS! Relativisht e sigurtë në aplikimet e rregullta
Sterilizimi • grua/burrë (Mbyllja e kanaleve vezore dhe spermatozoide)	Shumë e sigurtë, vetëm për çifte, të cilat nuk dëshirojnë më fëmijë
Injeksion hormonal • grua (4 herë në vit)	Shumë e sigurtë, vetëm për gratë në moshën mbi 40 vjeç dhe që nuk dëshirojnë më fëmijë
Spirale • grua	Relativisht e sigurtë
Suposte • grua	Shumë e pasigurtë!
Coitus Interruptus • burrë (Tërheqja e penisit përpara derdhjes së spermës)	Shumë e pasigurtë!
Mënyra kalendarike • grua	Shumë e pasigurtë!

(Vazhdim i broshurës „Ruajtja e shëndetit dhe si të mbrohemi nga sëmundjet“; Rotes Kreuz, 2003)

Konsultohuni me gjinekologun ose gjinekologun tuaj, se cila mënyrë është më efikase për ju.

Ndërprerja e shtatzanisë

Ndërprerja e shtatzanisë (aborti) është në Austri, pas konsultës me mjekun, e mundur përpara se të ketë mbaruar muaji i tretë i shtatzanisë.

Në Linz mund të kryhet aborti në spitalin e përgjithshëm të qytetit.

8 PERSONAT E PËRNDJEKUR PËR ARSYE POLITIKE

Në Austri ekziston që prej 1.5.2004 sistemi i „shërbimit bazë shëndetësor“ për të gjithë të huajt në nëvojë për mbrojtje dhe ndihmë (persona në pritje të azilit politik, me azil politik, persona të përzënë nga vendi i tyre pa mundësi kthimi dhe persona të tjerë të cilët për arsye të ndryshme nuk mund të largohen nga autoritetet austriake). Nëpërmjet këtij shërbimi vihet në dispozicion një **siguracion shëndetësor**.

Për të kryer një vizitë mjekësore ose për të marrë medikamente, ju nevojitet dhe juve si të tjerëve një **certifikatë mjekësore**. Këtë mund ta merrni në çdo qendër të jashtme të OÖ Gebietskrankenkasse në Linz. (Ka raste që ajo lëshohet nga personi përgjegjës që ju ka marrë në banesë në patronazh.)

➔ Qendra Linz – Qendra kryesore

Gruberstraße 77, 4020 Linz
Tel.: (0732)/7807-0
e-mail: ooegkk@ooegkk.at
Orari
E hënë deri të enjte ora 6 - 17
E premte ora 6 - 15

➔ Qendra Linz Urfahr

Hauptstraße 16 – 18, 4040 Linz
Tel.: (0732)/710261
e-mail: urfah@ooegkk.at
Orari
E hënë – E premte ora 6.45
deri 15

➔ Qendra Linz Kleinmünchen

Zeppelinstraße 58, 4030 Linz
Tel.: (0732)/303741, 303742,
301899
e-mail: kleinmuenchen@ooegkk.at
Orari
E hënë – E premte ora 6.45 deri 15

Paraqisni gjithmonë kartën tuaj të siguracionit (karta jeshile/“e-card“). Kërkoni ndihmë nga personat përgjegjës në vendbanimin tuaj!

Si person i përndjekur politik, nuk paguani **tarifën e recetës** për medikamentet. Përveç kësaj ju nuk paguani dhe **tarifën ditore të përkujdesjes** në spitale.

9 PËR RASTE URGJENTE ...

Nëqoftëse lajmëroni për një rast aksidental, jepni pa tjetër të dhënat e mëposhtëme:

Ku ka ndodhur?

Çfarë ka ndodhur?


Sa është numri i të plagosurve/sëmurëve?

Çfarë lloj plagosjesh/sëmundjes janë?

NUMRAT E TELEFONIT PËR RASTE URGJENTE

*Urgjenca	144
*Zjarrfikësit	122
*Policia	133
Bashkimi vullnetar i samaritanëve	2124
*Urgjenca e mjekëve <i>(vetëm në fundjave prej të shtunës në mëngjes ora 7 deri në 7 të mëngjesit të ditës së parë të punës)</i>	141
Urgjenca e rasteve toksike	01/406 43 43
*Këshilla nëpërmjet linjës telefonike <i>(Konsultë për fëmijë dhe të rinj për probleme të çfarëdo lloji)</i>	147
*Helpline kundër dhunës ndaj grave	0800/222 555
Urgjencë për gratë e përdhunuara	(0732) 602200
Urgjenca sociale psikike	(0732) 651015
Qendra e ndërhyrjes në raste krizash	(0732) 2177
*Urgjencë telefonike anonime për probleme psikike-shpirtërore	142

**Nga këto numra telefonohet pa prefiks (kod), nga gjithë Austria, dhe gratis!*



Als ÖGB-
Mitglied
haben Sie die
echten
Vorteile auf
Ihrer Seite.

**Wer dabei ist,
ist besser dran!**

- >> Kollektivverträge
- >> Rechtsschutz
- >> Weiterbildung
- >> Sicherheitspaket
- >> Freizeit & Urlaub

ÖGB | Oberösterreich
www.gewerkschaft-ooe.at

LIWEST
Ein Kabel Alle Medien



**Direkt në
gjuhen time!**

Klientët e LIWEST-it e kanë këtë mundësi.

Sapee me paketen 24VISION ju vihen në dispozicion stacione TV-je në gjuhën tuaj
amëare. Çdo stacion me kualitet digital. Informacione të mëtejshme në numrin e
telefonit 0732 / 94 24 24.

**LIWEST Program i plotë me
KABËLL PER TV INTERNET | TELEFON**

www.liwest.at


Gold Palast
Uhren und Juwelen

Abgold & Bruchgold Ankauf & Umtausch
www.goldpalast.at
office@goldpalast.at

Wien GOLD PALAST
Schmidlgasse 2
1060 Hauptstadt
4020 Linz
TEL/FAX 0732/77 02 80

Wien ISTANBUL GOLD
Beldislermarkt 5
4020 Linz
TEL/FAX 0732/79 06 15

Wien ISTANBUL GOLD
Stadtplatz 13
4020 WNB
TEL/FAX 07242/21 04 44

**Për ne transfertat ekspres
ka një kuptim tjetër.**



DenizBank AG 
Partners e MoneyGram-it

4020 Linz Graben 16

1010 Wien Glinzer Ring 12
1040 Wien Wollzeile 5/1m 24/01 (Kabelhof)
1160 Wien Seitzergasse/Lehrstube 12
9310 Imbrück Museumstraße 23
9900 Regensburg Bismarckstraße 1-3

**MoneyGram, mënyra e shpejtë dhe
e sigurtë për të dërguar dhe për të
pranuar para në mbarë botën.**

- Transferta brenda 10 minutave*!
- Nuk nevojitet një llogari bankare!
- Mbi 75.000 pika shërbimi në më shumë se 170 vende!

Freephone (AUT):
0800 200 288/006 682 3688
www.moneygram.at

*Subject to receiving agent hours of operation
and local regulations.
TM & © 2005 Transwestern Business Company, Inc.
All rights reserved.

MoneyGram 
International Money Transfer



Diese Broschüre wurde gefördert von



Landesrat Josef Ackerl
Landesrätin Dr.ⁱⁿ Silvia Stöger

