



MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

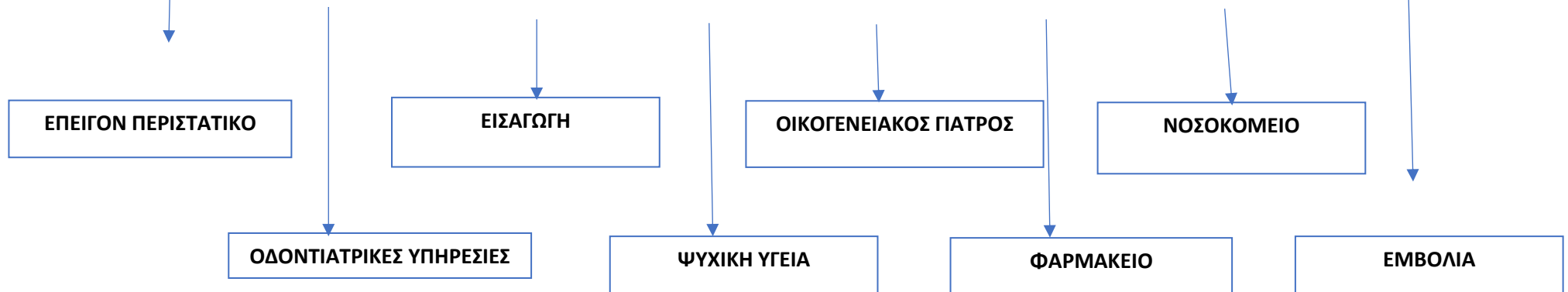
E- MAP

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΕΘΝΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΥΓΕΙΑΣ

Παρέχει έναν ορισμό βασικών υπηρεσιών υγείας που διατίθενται από το Ελληνικό Εθνικό Σύστημα Υγείας
Εμφανίζει βασική ορολογία και παρέχει μετάφραση λέξεων-κλειδιών σε δύο διαφορετικές γλώσσες (αραβικά και γαλλικά).

Διαστάσεις

Αυτός ο ηλεκτρονικός χάρτης του ελληνικού συστήματος υγείας αναφέρεται στις ακόλουθες 8 διαστάσεις



ΕΜΒΟΛΙΑ

Εμφανίζει βασική ορολογία και παρέχει μετάφραση λέξεων-κλειδιών σε δύο διαφορετικές γλώσσες (αραβικά και γαλλικά).

ΕΠΕΙΓΟΝ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟ

طوارئ حالة - Urgence

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

بالدخول سماح - Admission

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΣ ΓΙΑΤΡΟΣ

الأسرة طبيب - Médecin de famille

ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

مستشفى - Hôpital

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

الأسنان خدمات طب - Services dentaires

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

النفسي الطبيب - Psychologue

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

مقابل - Pharmacie

ΕΜΒΟΛΙΑ

اللقاحات - Vaccins



ΕΠΕΙΓΟΝ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟ

ΕΠΕΙΓΟΝ: Όλοι οι άνθρωποι, ανεξαρτήτως νομικού καθεστώτος, έχουν δικαίωμα πρόσβασης στα Τμήματα Επείγοντων Περιστατικών. Καλέστε το 112 (ένας αριθμός έκτακτης ανάγκης σε όλες τις χώρες της ΕΕ). Αποσκοπεί στην προστασία ανθρώπων σε επικίνδυνες καταστάσεις. Προκειμένου αυτός ο αριθμός έκτακτης ανάγκης να λειτουργεί βέλτιστα, είναι απαραίτητο να τον χρησιμοποιείτε με σύνεση και μόνο όταν βρίσκεστε σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης.

Αυτός ο αριθμός χρησιμοποιείται για έκτακτα περιστατικά υγείας, για ειδοποίηση της πυροσβεστικής και του αστυνομικού τμήματος σε περίπτωση ατυχημάτων ή επιθέσεων, καθώς και για τροχαία ατυχήματα που προκαλούν επίσης πυρκαγιές. Είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για την προστασία των ηλικιωμένων που ζουν μόνοι τους καθώς και των παιδιών και άλλων ευάλωτων ομάδων.

Ο αριθμός τηλεφώνου 112 δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί για λήψη πληροφοριών ή για ιατρικές επισκέψεις. Πριν καλέσετε, βεβαιωθείτε ότι η υπηρεσία που χρειάζεστε είναι όντως επείγουσα και δεν αποτελεί ψευδή συναγερμό. Είναι επίσης παράνομο να καλείς άσκοπα το 112 ή να κάνεις φάρσες. Μετά την κλήση, ο χειριστής που θα απαντήσει θα σας ζητήσει το όνομα και τον αριθμό τηλεφώνου σας και, στη συνέχεια, μια σειρά από ερωτήσεις για να λάβει περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την έκτακτη ανάγκη σας. Θα πρέπει να προσπαθήσετε να απαντήσετε ήρεμα και όσο το δυνατόν ακριβέστερα.

Ομοίως, εάν απαιτείται ιατρική βοήθεια, ο χειριστής θα παραπέμψει την κλήση σε έναν επαγγελματία υγείας, ο οποίος θα συνεχίσει να κάνει τις απαραίτητες ερωτήσεις προκειμένου να αξιολογήσει τη σοβαρότητα του προβλήματος και να στείλει την κατάλληλη βοήθεια. Ο χειριστής θα παράσχει επίσης καθοδήγηση μέσω των μέτρων πρώτων βοηθειών που μπορείτε να εφαρμόσετε όσο περιμένετε να φτάσει βοήθεια. Είναι σημαντικό να μην κλείσετε το τηλέφωνο μέχρι να σας δοθεί η σχετική οδηγία.

ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ: 112

ΚΟΣΤΟΣ: Δωρεάν

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ: <https://ec.europa.eu/digital-single-market/what-are-eu-rules-concerning-112>

Επείγον: Ένα απρόβλεπτο ζήτημα ή κατάσταση που απαιτεί ιδιαίτερη προσοχή και πρέπει να αντιμετωπιστεί το συντομότερο δυνατό.

Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης: Δωρεάν αριθμός. Τα κινητά τηλέφωνα μπορούν να καλούν το 112 εφόσον υπάρχει κάλυψη από έναν πάροχο.

Βοήθεια: Ενέργειες που γίνονται από ένα άτομο για την ανακούφιση ενός άλλου ατόμου, την επίτευξη ενός συγκεκριμένου στόχου, την ανακούφιση ή την αποφυγή μιας κατάστασης κακουχίας ή κινδύνου που μπορεί να τον επηρεάσει κ.λπ.

Κλήση: Ειδοποίηση προς ένα άτομο να εκτελέσει μια υπηρεσία στο επάγγελμά του ή να το ενημερώσει ή να το προειδοποιήσει για κάτι.

Ασθενοφόρο: Όχημα εφοδιασμένο με εξοπλισμό πρώτων βοηθειών και ειδικά σχεδιασμένο για τη μεταφορά ασθενών ή τραυματιών. Φέρει μια προειδοποιητική σειρήνα στην οροφή για να υποδεικνύει το δικαίωμα διέλευσης σε δρόμους σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης.

Ατύχημα: Ένα απρόβλεπτο γεγονός που αλλάζει την κανονική ή αναμενόμενη πορεία των πραγμάτων, ειδικά ένα γεγονός που προκαλεί ζημιά σε άτομο, ζώο ή περιουσία.

Άτομο με αναπηρία: Άτομο με έλλειψη ή περιορισμό κάποιας σωματικής ή πνευματικής ικανότητας που καθιστά αδύνατη ή δύσκολη την άσκηση μιας κανονικής δραστηριότητας.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Επείγον	طارئ	Urgence
Αριθμός έκτακτης ανάγκης	رقم الطوارئ	Emergency number
Βοήθεια	يساعد	Aider
Κλήση	يتصل	appeler
Ασθενοφόρο	سيارة اسعاف	Ambulance
Ατύχημα	حادثه	Accident
Άτομο με αναπηρία	شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة	Personne Handicapée
Φωτιά	إطلاق النار	Incendie



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ: Το σύστημα Υγείας στην Ελλάδα είναι μικτό που συνδυάζει ιδιωτικές και δημόσιες υπηρεσίες. Οι υπηρεσίες δημόσιας υγειονομικής περίθαλψης παρέχονται δωρεάν ή είναι χαμηλού κόστους για τους κατοίκους που συνεισφέρουν στο σύστημα κοινωνικής ασφάλισης. Μετά το 2011, η πληθυσμιακή κάλυψη για υγειονομική περίθαλψη αναλήφθηκε από έναν μόνο φορέα και συγκεκριμένα τον Εθνικό Οργανισμό Παροχής Υπηρεσιών Υγείας (ΕΟΠΥΥ) που καλύπτει τους ασφαλισμένους και τα εξαρτώμενα από αυτά πρόσωπα. Τον Ιανουάριο του 2020 το Υπουργείο Μετανάστευσης και Ασύλου εξέδωσε απόφαση για την παροχή προσωρινού αριθμού κοινωνικής ασφάλισης στους μετανάστες/πρόσφυγες που υποβάλλουν αίτηση για άσυλο, που ονομάζεται Προσωρινός Αριθμός Ασφάλισης και Υγειονομικής Περίθαλψης Αλλοδαπού, ΠΑΑΥΠΑ. Ο ΠΑΑΥΠΑ είναι διαφορετικός από τον ΑΜΚΑ που είναι Αριθμός Κοινωνικής Ασφάλισης που εκδίδεται με την αποδοχή του καθεστώτος ασύλου. Η ΠΑΑΥΠΑ διασφαλίζει ότι οι αιτούντες άσυλο έχουν πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη, την κοινωνική ασφάλιση και την αγορά εργασίας για μήνες μετά την υποβολή της αίτησής τους. Ειδικότερα, οι αιτούντες άσυλο δικαιούνται δωρεάν πρόσβαση στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια περίθαλψη, συμπεριλαμβανομένων τόσο των ενδονοσοκομειακών όσο και των εξωτερικών ασθενών. Το ΠΑΑΥΠΑ ισχύει εφόσον ισχύει η αίτηση ασύλου. Εάν η αίτησή τους γίνει αποδεκτή η ΠΑΑΥΠΑ μετατρέπεται σε ΑΜΚΑ, ενώ σε περίπτωση απόρριψης η ΠΑΑΥΠΑ απενεργοποιείται αυτόματα. Οι μετανάστες χωρίς έγγραφα δεν δικαιούνται δωρεάν πρόσβαση στο Εθνικό Σύστημα Υγείας, αλλά μπορούν να έχουν πρόσβαση σε ιατρικές υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης.

Το Ελληνικό Εθνικό Σύστημα Υγείας (ΕΣΥ) παρέχει δωρεάν υγειονομική περίθαλψη σε όλους τους κατοίκους της Ελλάδας καθώς και σε ομογενείς που ζουν στην Ελλάδα (χαμηλό κόστος ή χωρίς κόστος) άσυλο.

Η Ελλάδα έχει καθολική πληθυσμιακή κάλυψη για υπηρεσίες που χρηματοδοτούνται από το δημόσιο που περιλαμβάνουν πρωτοβάθμια περίθαλψη, διαγνωστική και εξειδικευμένη περίθαλψη εξωτερικών και εσωτερικών ασθενών.

Το ελληνικό σύστημα υγειονομικής περίθαλψης δεν διαθέτει σύστημα παραπομπής και οι ασθενείς μπορούν να έχουν άμεση πρόσβαση σε ειδικούς επισκεπτόμενοι τις σχετικές υπηρεσίες υγείας (τμήματα εξωτερικών ιατρείων νοσοκομείων, αγροτικά και αστικά κέντρα υγείας). Λόγω

αυτού του γεγονότος υπάρχουν συχνά μεγάλες λίστες αναμονής. Τα αγγλικά ομιλούνται ευρέως στα ελληνικά νοσοκομεία και ιατρικά κέντρα, ενώ πολλά νοσοκομεία, ειδικά εκείνα που βρίσκονται κοντά σε καταυλισμούς μεταναστών/προσφύγων, ενδέχεται να διαθέτουν μεταφραστικές υπηρεσίες

.ΚΟΣΤΟΣ:

Δωρεάν

Βιβλιάριο υγείας: Διατηρεί τις πληροφορίες για την υγεία σας. Αυτό είναι ένα αποτελεσματικό μέσο ταυτοποίησης κάθε πολίτη και διαπίστευσης του είδους των υπηρεσιών υγείας και των παροχών που αναγνωρίζονται στο κράτος όπου ζει.

Αριθμός κοινωνικής ασφάλισης: Αυτό σας επιτρέπει να αναγνωρίζεστε σε όλες τις συναλλαγές σας με την Κοινωνική Ασφάλιση και δεν αλλάζει με την πάροδο του χρόνου.

Διαβατήριο: Πρόκειται για έγγραφο διεθνούς ισχύος που εκδίδεται από τις αρχές της αντίστοιχης χώρας.

Άδεια παραμονής: Αυτή είναι η άδεια που χορηγείται από την κυβέρνηση σε αλλοδαπό εκτός ΕΕ να διαμένει νόμιμα στη χώρα σε προσωρινή βάση.

Ιατρικό ραντεβού: Ένα ραντεβού που έχει ένας ασθενής με έναν γιατρό για τη θεραπεία μιας πάθησης ή ασθένειας.

Ακτινογραφία: Ανώδυνο τεστ που παράγει εικόνες δομών στο σώμα, ιδιαίτερα των οστών χρησιμοποιώντας ηλεκτρομαγνητικά κύματα υψηλής ενέργειας.

Εξέταση αίματος: Μια μέτρηση του αριθμού και των τύπων κυττάρων στο αίμα σας που βοηθά τους γιατρούς να ελέγξουν τη συνολική υγεία σας. Οι εξετάσεις αίματος είναι πολύ συχνές. Βοηθούν τους γιατρούς να ελέγξουν για ορισμένες ασθένειες και καταστάσεις. Βοηθούν επίσης στον έλεγχο της λειτουργίας των οργάνων σας και δείχνουν πόσο καλά λειτουργούν οι θεραπείες.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Βιβλιάριο υγείας	كتيب صحي	Livre de santé
Αριθμός κοινωνικής ασφάλισης	رقم الحماية الاجتماعية	Social security number
Εγγραφή	التعداد	Recensement
Διαβατήριο	جواز سفر	Passeport
Άδεια παραμονής	تصريح الإقامة	Residence permits
Ιατρικό ραντεβού	موعد طبي	Rendez-vous médical
Ακτινογραφία	فحص العظام	scintigraphie osseuse
Εξέταση αίματος	فحص الدم	Blood test



ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ/ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ: Κάθε άτομο που είναι εγγεγραμμένο στο Εθνικό Σύστημα Υγείας δικαιούται οικογενειακό γιατρό/γενικό ιατρό. Το σύστημα Οικογενειακοί Γιατροί είναι νέο για την Ελλάδα, ενώ γίνονται προσπάθειες για την προώθηση και τη ανάπτυξη αυτού του συστήματος. Από το 2019, έχουν ιδρυθεί μονάδες πρωτοβάθμιας υγείας με έδρα την κοινότητα, τοπικά γνωστές ως Τοπικές Μονάδες Υγείας ή ΤΟΜΥ. Για να λαμβάνετε ιατρικές υπηρεσίες από τα ΤΟΜΥ απαιτείται εγγραφή ενώ η περίθαλψη γίνεται μόνο κατόπιν ραντεβού. Επιπλέον, η Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας μπορεί να προσπελαστεί από άλλες δημόσιες υπηρεσίες γνωστές ως ΠΕΔΥ – Δίκτυα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (θα αντικατασταθούν τελικά από ΤΟΜΥ) και εξωτερικά νοσοκομειακά ιατρεία καθώς και ΜΚΟ.

9

ΚΟΣΤΟΣ:

Δωρεάν

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ:

<https://www.idika.gr/pfy/%CF%84%CE%B9-%CE%B5%CE%B9%CE%BD%CE%B1%CE%B9-%CF%84%CE%BF-%CF%83%CF%85%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BC%CE%B1-%CF%80%CF%86%CF%85.html>

Γενικός ιατρός: Ένας γιατρός που εδρεύει και εξυπηρετεί μια περιοχή και θεραπεύει ασθενείς με ήσσονος σημασίας ή χρόνιες ασθένειες και παραπέμπει αυτούς με σοβαρές παθήσεις σε νοσοκομείο.

Κλείνω ραντεβού: Αυτό αναφέρεται σε αίτημα για ραντεβού που ακολουθεί ορισμένες διατυπώσεις (π.χ. διαδικτυακά ή τηλεφωνικά) και πρέπει να γίνει πολύ νωρίτερα.

Νόσος: Ήπια ή σοβαρή διαταραχή της κανονικής λειτουργίας ενός οργανισμού ή οποιουδήποτε μέρους του λόγω εσωτερικής ή εξωτερικής αιτίας, που γενικά σχετίζεται με ορισμένα σημεία και συμπτώματα και διαφέρει στη φύση από τη σωματική βλάβη.

Παραπομπή σε ειδικό: Παραπομπή ασθενούς, μέσω αναφοράς διαβουλευσεων, σε άλλον επαγγελματία υγείας.

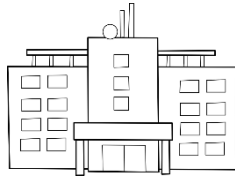
Ραντεβού με φυσική παρουσία: Ο ασθενής πρέπει να προσέλθει στο ιατρείο για ιατρική φροντίδα.

Τηλεφωνικό ραντεβού: Για ιατρική περίθαλψη, ο επαγγελματίας θα καλέσει τον ασθενή τηλεφωνικά για να πραγματοποιήσει τη φροντίδα.

Συμπτώματα covid: Αλλοίωση του οργανισμού με χαρακτηριστικά σημάδια που μαρτυρούν ή αναγγέλλουν COVID-19. Τα συνήθη συμπτώματα περιλαμβάνουν βήχα, πυρετό, απώλεια όσφρησης και γεύσης, με σπανιότερα όπως πονοκεφάλους, ρινική συμφόρηση και καταρροή, μυϊκός πόνος, πονόλαιμος, διάρροια, ερεθισμός των ματιών και τα δάχτυλα των ποδιών πρήξιμο ή μοβ, και σε μέτριες έως σοβαρές περιπτώσεις δυσκολία στην αναπνοή.

Απομόνωση: Η παραμονή σε ένα μέρος για ένα ορισμένο χρονικό διάστημα

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Γενικός ιατρός	طبيب الأسرة الأسرة	Family doctor
Κλείσε ραντεβού	إحجز موعد إحجز موعد	Prendre rendez-vous
Νόσος	مرض	Maladie
Παραπομπή ειδικού	الإحالة المتخصصة	Specialised referencng
Ραντεβού με φυσική παρουσία	المواعيد وجهًا لوجهها لوجه	Rendez-vous en face à face
Τηλεφωνικό ραντεβού	موعد عبر الهاتف	Rendez-vous téléphonique
Συμπτώματα covid	أعراض مرض فيروس كورونا	Symptoms of covid
Απομόνωση	إغلاق	Confinement



ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ/ΕΙΔΙΚΟΣ

ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ/ΕΙΔΙΚΟΣ: Υπάρχουν διάφοροι τρόποι για να κλείσετε ραντεβού σε νοσοκομείο στην Ελλάδα. Πρώτα πρέπει να εκδώσετε Αριθμό Εθνικής Ασφάλισης (ΑΜΚΑ) ή Προσωρινό Αριθμό Ασφάλισης και Υγείας Αλλοδαπού (ΠΑΑΥΠΑ). Εάν έχετε ΑΜΚΑ ή ΠΑΑΥΠΑ μπορείτε:

- Να καλέσετε την εθνική γραμμή ραντεβού 1535 και να ακολουθήσετε τις οδηγίες (ελληνικά-αγγλικά)
- Εάν υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο νοσοκομείο που θα θέλατε να επισκεφτείτε, μπορείτε να κλείσετε ραντεβού τηλεφωνώντας απευθείας στο νοσοκομείο. Μπορείτε να κλείσετε ιατρικό ραντεβού καλώντας τον αριθμός 14900 του ΕΟΠΥΥ.

Εφόσον δε διαθέτετε ΑΜΚΑ/ΠΑΑΥΠΑ:

- Νοσοκομεία στην Ελλάδα: Το Υπουργείο Υγείας εξέδωσε εγκεκριμένη λίστα με όλα τα νοσοκομεία (δημόσια και ιδιωτικά), τα στοιχεία επικοινωνίας τους και η τοποθεσία τους στην Ελλάδα είναι [εδώ](#).
- Ιατρικά Κέντρα Δήμου: Πολλοί δήμοι διαθέτουν Ιατρικά Κέντρα όπου όλοι οι πρόσφυγες και οι αιτούντες άσυλο ανεξαρτήτως νομικού καθεστώτος μπορούν να έχουν πρόσβαση στις ιατρικές υπηρεσίες που προσφέρονται από το συγκεκριμένο κέντρο. Περισσότερες πληροφορίες παρέχονται απευθείας από τους αρμόδιους δήμους (π.χ. [Ιατρικά Κέντρα του Δήμου Αθηναίων](#)).
- Ιατρικά κέντρα που λειτουργούν ΜΚΟ: Πολλές [ΜΚΟ](#) (κάντε κλικ επίσης [εδώ](#) και [εδώ](#)) λειτουργούν ιατρικά κέντρα και πολυκλινικές που προσφέρουν διάφορες ιατρικές υπηρεσίες σε αιτούντες άσυλο και πρόσφυγες στην Ελλάδα ανεξάρτητα από το νομικό τους καθεστώς

ΚΟΣΤΟΣ:

Δωρεάν

Ειδικός: Ιατρός που έχει εκπαιδευτεί και έχει άδεια σε συγκεκριμένο τομέα της ιατρικής.

Γυναικολόγος: γιατρός ειδικευμένος στη θεραπεία γυναικείων ασθενειών, ιδιαίτερα των ασθενειών των αναπαραγωγικών οργάνων.

Τραυματολόγος: είναι ορθοπεδικός χειρουργός που ειδικεύεται στη θεραπεία τόσο απλών όσο και πολύπλοκων καταγμάτων, καθώς και τραυμάτων και τραυματισμών που προκαλούνται από ατυχήματα ή ξαφνική βία.

Νοσοκομείο: ένα μέρος όπου άνθρωποι που είναι άρρωστοι ή τραυματίες αντιμετωπίζονται και φροντίζονται από γιατρούς και νοσηλευτές. Το σύγχρονο νοσοκομείο συχνά χρησιμεύει ως κέντρο έρευνας και διδασκαλίας.

Λίστα αναμονής: συνολικός αριθμός ασθενών που περιμένουν ιατρική περίθαλψη.

Θεραπευτική αγωγή τη διαχείριση και η φροντίδα ενός ασθενούς· η καταπολέμηση μιας ασθένειας ή διαταραχής· ονομάζεται επίσης θεραπεία.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Ειδικός	متخصص	Spécialiste
Γυναικολόγος	دكتور امراض نساء	Gynecologist
Τραυματολόγος	طبيب الرضوح الرضوح	Traumatologue
Νοσοκομείο	مستشفى	Hôpital
Λίστα αναμονής	قائمة الانتظار	Liste d'attente
Θεραπευτική αγωγή	علاج او معاملة	Traitement



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

13

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ: Πάνω από το 90% των οδοντιατρικών αναγκών στην Ελλάδα καλύπτονται από ιδιωτικές οδοντιατρικές κλινικές. Η πρόσβαση στη δημόσια οδοντιατρική περίθαλψη πρέπει να γίνει μέσω του Εθνικού Οργανισμού Παροχής Υπηρεσιών Υγείας (ΕΟΠΥΥ) στο 14900 ή κλείνοντας ραντεβού στο νοσοκομείο (όπου υπάρχουν αυτές οι υπηρεσίες) καλώντας στο 1535. Οι δημόσιες υπηρεσίες οδοντιατρικής υγειονομικής περίθαλψης καλύπτουν:

- Προληπτική οδοντιατρική φροντίδα
- Οδοντιατρική θεραπεία
- Ορθοδοντική θεραπεία ανηλίκων έως 13 ετών
- Αλλαγή οδοντοστοιχιών ανά πενταετία και παροχή υπηρεσιών στο μεταξύ
- Πολλές ΜΚΟ προσφέρουν επίσης οδοντιατρικές υπηρεσίες όπως και οι δημοτικές υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης.

ΚΟΣΤΟΣ:

Δωρεάν

Οδοντίατρος: Ένας ειδικός που ασχολείται επαγγελματικά με τη φροντίδα και τη θεραπεία ασθενειών της στοματικής κοιλότητας, συμπεριλαμβανομένων των δοντιών και των ούλων.

Ιδιωτική κλινική: Υγειονομικό ίδρυμα όπου διαγιγνώσκεται και αντιμετωπίζεται η ασθένεια ενός ασθενούς, ο οποίος μπορεί να εισαχθεί ή να αντιμετωπιστεί σε εξωτερική βάση. Συνήθως πραγματοποιείται κατόπιν πληρωμής ή μέσω προηγούμενης συναφούς ασφαλιστηρίου συμβολαίου.

Πονόδοντος: Ο πονόδοντος είναι πόνος γύρω από τη γνάθο ή το πρόσωπο. Συνήθως προκαλείται από πρόβλημα με ένα δόντι.

Δόντι: Ένα σκληρό, λευκό κομμάτι οστού που μεγαλώνει, μαζί με άλλα, στο στόμα. Χρησιμοποιείται για το κόψιμο ή το μάσημα τροφής.

Φρονιμίτες: Όνομα για τον τρίτο γομφίο στο πίσω μέρος του στόματος.

Χειρουργική επέμβαση: Ιατρική ειδικότητα που χρησιμοποιεί χειρουργικές χειροκίνητες και ενόργανες τεχνικές σε ένα άτομο για τη διερεύνηση ή τη θεραπεία μιας παθολογικής κατάστασης, όπως ασθένεια ή τραυματισμό ή παραμόρφωση.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Οδοντίατρος	دينيستا	Denista
Ιδιωτική κλινική	عيادة خاصة عيادة خاصة	Clinique privée
Πονόδοντος	وجع أسنان وجع أسنان	Douleur de molaires
Δόντι	سن	Dent
Φρονιμίτες	ضرس العقل	Dents de sagesse
Χειρουργική επέμβαση	جراحة	Opération



ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ/ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

15

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ: Το δημόσιο σύστημα υγειονομικής περίθαλψης ενσωματώνει επίσης διακριτές δομές και υπηρεσίες για την Ψυχική Υγεία. Πιο συγκεκριμένα, κατηγοριοποιούνται ως εξής:

- Τμήματα Ψυχικής Υγείας Ενηλίκων
- Τμήματα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και εφήβων
- Κέντρα Ψυχικής Υγείας για τον αυτισμό
- Τμήματα Ψυχικής Υγείας για άνοια
- Κέντρα υποστήριξης Ψυχικής Υγείας για ασθενείς με χρόνιες παθήσεις, καρκίνο ή εξαρτήσεις

Για πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας χρειάζεται να επικοινωνήσετε απευθείας με τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας (νοσοκομεία, χρησιμοποιώντας και το 1535) ή να κλείσετε ραντεβού μέσω του ΕΟΠΥΥ (14900).

Πολλές ΜΚΟ λειτουργούν αποκλειστικές υπηρεσίες για την περίθαλψη ψυχικής υγείας και ειδικά προγράμματα για την υποστήριξη των θυμάτων βίας (π.χ. Βαβέλ - Μονάδα Ψυχικής Υγείας για Μετανάστες).

ΚΟΣΤΟΣ:

Δωρεάν

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ:

<https://www.moh.gov.gr/articles/health/domes-kai-drasesis-gia-thn-ygeia/c312-psykikh-ygeia/monades-psykikhs-ygeias>

Ειδικός: Ιατρός που έχει εκπαιδευτεί και έχει άδεια σε συγκεκριμένο τομέα της ιατρικής.

Συναισθήματα: Πολύ έντονες εκφράσεις χαράς, λύπης, θυμού κ.λπ. που παράγονται από ένα γεγονός, μια ιδέα, μια ανάμνηση κ.λπ.

Μηνιαίο ραντεβού: Επίσκεψη προγραμματισμένη για προσέλευση μία φορά το μήνα.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Ειδικός	متخصص	Spécialiste
Συναισθήματα	العواطف	Émotions
Μηνιαίο ραντεβού	موعد شهري	Rendez-vous mensuel



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ: Τα φαρμακεία είναι ευρέως διαθέσιμα, ειδικά σε μεγαλύτερες πόλεις. Τα αγγλικά ομιλούνται ευρέως από τους φαρμακοποιούς. Υπάρχουν διαδικτυακές πληροφορίες για φαρμακεία που λειτουργούν πέραν του ωραρίου λειτουργίας ενώ πληροφορίες παρέχονται και απευθείας από τα φαρμακεία (εμφάνιση πληροφοριών για φαρμακεία εκτός ωραρίου λειτουργίας). Τα περισσότερα φάρμακα πρέπει να συνταγογραφούνται. Ένας ιδιώτης γιατρός μπορεί να το κάνει αυτό έναντι αμοιβής. Μπορείτε επίσης να λάβετε φάρμακα που συνταγογραφούνται από γιατρούς σε νοσοκομεία ή κέντρα πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας (ΤΟΜΥ ή ΠΕΔΥ).

Οι καταναλωτές που έχουν αριθμό κοινωνικής ασφάλισης (ή προσωρινό) πρέπει να καλύψουν ένα μικρό μέρος του κόστους αγοράς των περισσότερων συνταγογραφούμενων φαρμάκων (από 0% έως 25% του κόστους του φαρμάκου ανάλογα με το φάρμακο και τη νόσο ή το εισόδημά σας).

Τα φάρμακα είναι εύκολα προσβάσιμα στην Ελλάδα, αλλά κάποια εξειδικευμένη φαρμακευτική αγωγή (για τη θεραπεία του καρκίνου για παράδειγμα) πρέπει να λαμβάνεται μέσω νοσοκομείων με συγκεκριμένες συνταγές. Φάρμακα από το εξωτερικό πρέπει να μεταφέρονται στην αρχική τους συσκευασία και επίσης θα πρέπει να προσκομίζεται μια επιστολή γιατρού, συμπεριλαμβανομένης της δήλωσης της κατάστασής σας, της συνταγής του φαρμάκου και της γενικής ονομασίας του φαρμάκου. Είναι επίσης απαραίτητο να ελέγξετε εάν το φάρμακό σας είναι νόμιμο στην Ελλάδα.

Τα φάρμακα μπορούν να αγοραστούν:

- Από συμβεβλημένα με τον ΕΟΠΥΥ ιδιωτικά φαρμακεία
- Ψυχιατρικά και νευρολογικά φάρμακα, για τους δικαιούχους μηδενικής συμμετοχής στο κόστος ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης (πρώην κάτοχοι βιβλιαρίου οικονομικά αδύναμοι ή ανασφάλιστοι, ανασφάλιστοι που πληρούν τα εισοδηματικά κριτήρια, μέλη ευπαθών κοινωνικών ομάδων), παρέχονται δωρεάν από τα φαρμακεία του ΕΟΠΥΥ και συμβεβλημένα με τον ΕΟΠΥΥ ιδιωτικά φαρμακεία.

ΤΙΜΗ ΦΑΡΜΑΚΩΝ: Η συνταγογράφηση φαρμάκων έχει πολιτική συμμετοχικής πληρωμής (όπως περιγράφεται παραπάνω) εκτός εάν ισχύουν συγκεκριμένες ειδικές εισοδηματικές, κλινικές και κοινωνικές εξαιρέσεις.

Φαρμακείο: Ένα μέρος όπου παρασκευάζονται και πωλούνται ιατρικά φάρμακα.

Φαρμακευτική αγωγή: Μια ουσία που χρησιμεύει για τη θεραπεία ή την πρόληψη μιας ασθένειας, για τη μείωση των επιπτώσεών της στον οργανισμό ή για την ανακούφιση του σωματικού πόνου.

Ιατρική συνταγή: Αυτό είναι το έντυπο ή ηλεκτρονικό μέσο που περιέχει εντολές αδειοδοτημένου ιατρού για τη θεραπεία ενός ασθενούς. Μπορεί να περιέχει παραγγελίες για θεραπεία, δόσεις φαρμάκων ή/και ιατρικές διαδικασίες.

Μη συνταγογραφούμενο φάρμακο: Ένα φάρμακο που λόγω των χαρακτηριστικών και των ενδείξεων του προορίζεται για την αντιμετώπιση μικροπαθολογιών και δεν απαιτεί ιατρική συνταγή.

Τιμή: Το χρηματικό ποσό που επιτρέπει την απόκτηση ή χρήση ενός αγαθού ή μιας υπηρεσίας.

Κάρτα ασφάλισης υγείας: Είναι ένα σημαντικό έγγραφο τεκμηρίωσης που σας εκδίδεται όταν εγγραφείτε σε ένα σύστημα ασφάλισης υγείας και σας επιτρέπει να λάβετε ιατρική περίθαλψη.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Φαρμακείο	مقابل	Pharmacie
Φαρμακευτική αγωγή	طب	Médicament
Ιατρική συνταγή	روشتة	Prescription médicale
Μη συνταγογραφούμενο φάρμακο	أكثر من الأدوية المضادة	Médicament disponible sans ordonnance
Τιμή	سعر	Prix
Κάρτα υγείας	بطاقة صحية صحية	Carte de santé



ΕΜΒΟΛΙΑ

ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΙ: Το Εθνικό Σύστημα Υγείας στην Ελλάδα παρέχει πλήρη κάλυψη για εμβολιασμούς για παιδιά και εφήβους σύμφωνα με το Εθνικό Σχέδιο Εμβολιασμών. Συνήθως οι εμβολιασμοί καταγράφονται στα βιβλιάρια υγείας των παιδιών όπου καταγράφεται το όνομα εμβολιασμού και η ημερομηνία εμβολιασμού. Στην Ελλάδα υπάρχει Εθνικό Σχέδιο Εμβολιασμού για ενήλικες, σύμφωνα με το οποίο συνιστάται ο εμβολιασμός σε ηλικιωμένους και άτομα υψηλού κινδύνου (χρόνιες παθήσεις κ.λπ.).

Ο εμβολιασμός κατά του Covid-19 είναι δωρεάν – παρέχεται προσωρινός αριθμός Κοινωνικής Ασφάλισης σε όλους τους μετανάστες/πρόσφυγες ανεξαρτήτως νομικού καθεστώτος προκειμένου να διευθετηθεί ραντεβού μέσω του <https://emvolio.gov.gr/sms>. Οι ημερομηνίες και η ώρα του εμβολιασμού παραδίδονται με γραπτό μήνυμα SMS.

Παρέχεται 24ωρη Γραμμή Βοήθειας για τον Κορωνοϊό για όποιον αναζητά βοήθεια (1135) και άλλη μια για όποιον αναζητά ψυχοκοινωνική υποστήριξη λόγω του κορωνοϊού (10306).

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ: <https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/emboliasmoi/ethniko-programma-emboliasmwn-epe-ehlikwn/9968-ethniko-programma-emboliasmwn-ehlikwn-2022> (για ενήλικες)

<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/emboliasmoi/ethniko-programma-emboliasmwn-epe-paidiwn-kai-efhbwn/10289-ethniko-programma-emboliasmwn-paidiwn-kai-efhbwn-2022> (για παιδιά και εφήβους)

Εμβόλιο της γρίπης: Ένα ετήσιο εμβόλιο για την προστασία από τον εξαιρετικά μεταβλητό ιό της γρίπης.

Εμβόλιο του COVID: Πρόκειται για ένα περιοδικό εμβόλιο που προσφέρει προστασία στη σοβαρή ασθένεια.

Δόση: ποσότητα φαρμάκου ή φαρμάκου που λαμβάνεται ή συνιστάται να λαμβάνεται σε μια συγκεκριμένη χρονική στιγμή.

Διαβατήριο COVID: Είναι ένα πιστοποιητικό που αποδεικνύει ότι ένα άτομο είτε έχει εμβολιαστεί πλήρως κατά του COVID-19 είτε έχει αναρρώσει από τον COVID-19.

Παρενέργειες εμβολίου: Πιθανές παρενέργειες μετά τη λήψη εμβολίου. Συνήθως είναι ήπιες έως μέτριες και περιλαμβάνουν πυρετό, πονοκέφαλο, κόπωση και πόνο στο σημείο της ένεσης

Σημείο εμβολιασμού: Οι εγκαταστάσεις για τη χορήγηση εμβολίων στον πληθυσμό.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ	عرب	FRANÇAIS
Εμβόλιο της γρίπης	لقاح الانفلونزا	Vaccin contre la grippe
Εμβόλιο του COVID	لقاح مرض فيروس كورونا	Vaccin contre le covid
Δόση	جرعة	Dose
Διαβατήριο COVID	جواز سفر COVID	Passeport COVID
Παρενέργειες εμβολίου	تفاعل اللقاح	Vaccine action
Σημείο εμβολιασμού	نقطة التطعيم	Point de vaccination