



NOTFALL-TELEFONNUMMERN

Bei Notfällen, starken Schmerzen oder Unfällen rufen Sie die folgenden Nummern an:

Während der Bürozeiten (montags - freitags 08:00 - 17:00 Uhr) kontaktieren Sie Ihren Hausarzt unter:

Huisartsenpraktijk Mosae Forum

Gubbelstraat 6B

6211 CE Maastricht

Tel. 0031- 433212309, wähle 1 bei Notfall

Außerhalb der Bürozeiten (montags - freitags 17:00 - 08:00 Uhr und am Wochenende)

Kontaktieren Sie nur für Notfälle Zentrum für Allgemeinmedizin (<https://hapmaastricht.nl/en>) unter:

Huisartsenpost Maastricht & Heuvelland

P. Debyelaan 25

6229 HX Maastricht

Tel. 0031- 433877777

Unfall und Notfall **Tel. 112**

Wenn in einer Situation Lebensgefahr besteht, wählen Sie die europäische Notfallnummer 112 (Krankenwagen, Feuerwehr, Polizei).

Hausarzt/Ärztin für Allgemeinmedizin (G.P.)

Wenn Sie nur leichte Beschwerden haben, besuchen Sie die folgenden Websites, um die Notwendigkeit eines Arztbesuches abzuklären.

www.thuisarts.nl (nur auf Niederländisch)

<https://gpinfo.nl/> (Englische Version)

Die Rolle des Hausarztes in den Niederlanden (Quelle: GPinfo.nl)

Für viele Expats (Einwanderer) ist der Hauptunterschied zwischen der medizinischen Versorgung in den Niederlanden und in ihrem Heimatland die zentrale Rolle des Hausarztes. In den Niederlanden hat fast jeder* r einen eigenen Hausarzt, der Sie (und Ihre Familie) kennen lernt und mit Ihrer persönlichen Situation und eventuellen Gesundheitsproblemen vertraut ist. Der Hausarzt ist Ihre erste Anlaufstelle für Fragen zu Ihrer körperlichen und psychischen Gesundheit.

Hausärzte sind Fachärzte im Gesundheitswesen, die ein sechsjähriges Studium mit Bachelor- und Master-Abschluss erfolgreich abgeschlossen haben, gefolgt von einer dreijährigen Facharztausbildung für Allgemeinmedizin. Darüber hinaus sind Hausärzte gesetzlich verpflichtet,

ihre Kenntnis stets auf den neuesten Stand bringen und müssen sich alle 5 Jahre neu registrieren. Ein Hausarzt entscheidet nach einer ausführlichen Untersuchung und Beratung, ob Sie von einem Facharzt untersucht werden müssen oder möglicherweise ins Krankenhaus gehen sollten. Es ist nicht möglich, einen Facharzt in einem Krankenhaus aufzusuchen, ohne zuvor von Ihrem Hausarzt überwiesen worden zu sein. Ihr Hausarzt ist das Bindeglied zu den meisten anderen medizinischen Dienstleistungen.

Ihr Hausarzt koordiniert Ihre Gesundheitsfürsorge und hält Ihre vertraulichen Krankenakten auf dem neuesten Stand. Die Arztpraxis führt Aufzeichnungen über Ihre Krankengeschichte und alle Ihre aktuellen Symptome oder medizinischen Probleme.

Niemand mag es, Sorgen um die Gesundheit zu haben, besonders wenn man in einem fremden Land lebt. Sollte dies dennoch der Fall sein, sind die Mediziner des Medisch Centrum Mosae Forum da, um Sie zu unterstützen. Sie können sicher sein, dass Sie in den Niederlanden eine qualitativ hochwertige Gesundheitsversorgung erhalten. Allerdings wird einiges anders geregelt, als Sie es möglicherweise aus Ihrem Heimatland gewohnt sind.

Unsere Ärzte

Wenn Sie einen Arzt besuchen müssen, rufen Sie zuerst an, um einen Termin zu vereinbaren. Wenn Sie medizinische Fragen oder Probleme haben, sollten Sie sich immer zuerst an Ihren Hausarzt wenden.

Unsere Hausärzte sind für die Behandlung der häufigsten Beschwerden ausgebildet, wie z.B. Herz- und Lungenerkrankungen, Diabetes, häufige Kinderkrankheiten, gynäkologische und sogar psychosoziale Beschwerden. In den Niederlanden sehen Kinderärzte in der Regel nur Kinder mit besonderen Bedürfnissen oder Beschwerden. Ihr Hausarzt kann die meisten Ihrer allgemeinen Gesundheitsfragen beantworten und auch kleine chirurgische Eingriffe durchführen, z.B. die Entfernung eines Muttermals oder das Einsetzen eines Intrauterinpessars (IUD). Unsere Hausärzte sind auch darin geschult zu erkennen, wenn eine Erkrankung nicht alltäglich ist, und wenn Sie von einem anderen Facharzt untersucht werden müssen. Ihr Hausarzt koordiniert die medizinische Versorgung, die Sie benötigen.

Termine

Wenn Sie anrufen, um einen Termin zu vereinbaren, wird die Hausarztassistentin zuerst Fragen stellen, um die Dringlichkeit Ihrer Situation festzustellen. Die Hausarztassistentin ist Medizinische Fachangestellte und wie der Arzt zur Verschwiegenheit verpflichtet. Fragen werden gestellt, um sicherzustellen, dass sowohl der Patient als auch der Arzt besser vorbereitet sind, um Alternativen vorzuschlagen, wie z.B. eine telefonische Beratung oder um zu prüfen, ob ein sofortiger Handlungsbedarf besteht. Hausbesuche sind dringenden Fällen und Personen vorbehalten, die nicht in der Lage sind, zur Praxis zu kommen.

Jede Konsultation beim Hausarzt hat eine festgelegte Zeit von zehn Minuten. Wenn Sie mehr als eine Beschwerde haben, informieren Sie bitte die Assistentin, damit wir mehr Zeit einplanen können. Hausbesuche sind für dringende Fälle oder für Menschen, die nicht in der Lage sind, die Praxis zu besuchen, reserviert.

Telefonische Beratung

Für kurze Fragen, Informationen über Bluttestergebnisse oder wenn Sie etwas mit dem Arzt besprechen möchten, können Sie eine telefonische Beratung vereinbaren. Planen Sie hierzu einen Termin mit der Arzthelferin. In einigen Fällen können die Assistenten Ihre Fragen auch selbst beantworten.

Überweisung für fachärztliche Behandlung

Wenn Ihr Hausarzt ein Problem nicht diagnostizieren oder behandeln kann, wird er Sie an einen Spezialisten überweisen. Ihr Hausarzt wird Ihnen in der Regel ein Überweisungsschreiben ausstellen, das Sie an den Spezialisten weiterleiten. Es kann sein, dass Sie mehrere Wochen (oder länger) auf einen Termin warten müssen, es sei denn, die Behandlungsbedarf ist akut. Einige Versicherungsgesellschaften unterstützen Sie möglicherweise dabei, Ihren Termin vorzuverlegen.

Krankenversicherung und Kosten

Die niederländische Krankenversicherung ist obligatorisch für ausländische Studenten und

Praktikanten, die in den Niederlanden studieren sowie für jene Personen, die einen Teilzeitjob oder ein bezahltes Praktikum absolvieren, (NB: ein Null-Stundenvertrag oder Gelegenheitsbeschäftigung zählt auch als Job).

In anderen Fällen können Sie in Ihrem Heimatland versichert bleiben oder eine private Krankenversicherung, die die medizinische Versorgung in den Niederlanden abdeckt, abschließen.

Für weitere Informationen siehe:

<https://www.expatica.com/nl/healthcare/healthcare-basics/a-guide-to-health-insurance-in-the-netherlands-109293/>

<https://www.iamexpat.nl/expat-info/insurances-netherlands/dutch-health-insurance>

Vorbeugende Pflege und Gesundheitschecks

Die Niederlande verfügen über ausgezeichnete Programme in den Bereichen Volksgesundheit und Präventivmedizin. Präventive Gesundheitsprogramme sind in allen Lebensphasen einer Person verfügbar. Die meisten dieser Programme sind kostenlos. Es gibt Vorsorgeprogramme während der Schwangerschaft und verschiedene postnatale Angebote wie Entwicklungsuntersuchungen und ein Impfprogramm. Diese Vorsorgeuntersuchungen werden vom regionalen Gesundheitsdienst durchgeführt.

Darüber hinaus gibt es drei Vorsorgeprogramme für den späteren Lebensweg: Brust-, Gebärmutterhals- und Darmkrebsvorsorgeuntersuchungen. Einladungen zu diesen Früherkennungsprogrammen werden automatisch verschickt, sobald Sie als Einwohner der Stadt registriert sind.

1. Ein landesweites Programm führt alle fünf Jahre eine Gebärmutterhalskrebs-Früherkennung für Frauen im Alter von 30-60 Jahren durch.
2. Die Vorsorgeuntersuchung auf Brustkrebs erfolgt alle 2 Jahre für Frauen im Alter von 50 bis 75 Jahren.
3. Das nationale Darmkrebs-Früherkennungsprogramm richtet sich an Männer und Frauen im Alter von 55 bis 75 Jahren.

Darüber hinaus gibt es auch Screening-Möglichkeiten für Menschen die anfällig für bestimmte Krankheiten wie Herz-Kreislauf-, Lungen- oder Geschlechtskrankheiten sind. Informieren Sie sich bei Ihrem Hausarzt über nationale Gesundheitsvorsorgeprogramme und -dienste. Eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung wird in den Niederlanden nicht empfohlen, da wissenschaftliche Erkenntnisse darauf hindeuten, dass diese wahrscheinlich keinen Nutzen haben und sogar schädlich sein können. Wenn Sie besorgt sind und dennoch eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung möchten, wenden Sie sich an Ihren Hausarzt.

Medikamente

Aus Sicherheitsgründen ist für die meisten Arzneimittel eine ärztliche Verschreibung nach Rücksprache mit Ihrem Hausarzt gesetzlich vorgeschrieben. Nach einer Konsultation ist es jedoch möglich, dass Sie zwar eine Diagnose, jedoch keine Medikamente erhalten. Niederländische Hausärzte verschreiben im Allgemeinen weniger häufig Antibiotika als Hausärzte in anderen Ländern. Niederländische Ärzte sind der Meinung, dass es oft am besten ist, eine Krankheit ihren Lauf nehmen zu lassen, ohne dass teure Medikamente oder potenziell gefährliche Tests erforderlich sind. Bei leichten Krankheiten wie Halsschmerzen oder Erkältungen ist die abwartende Haltung medizinisch sinnvoll. Nichtsdestotrotz befürworten wir ein Modell der gemeinsamen Entscheidungsfindung, bei dem Patient und Arzt, soweit möglich, gemeinsam einen Behandlungsplan erstellen. Wenn möglich, zeigen Sie dem Hausarzt das Medikament, das Ihnen zuvor verschrieben wurde, und der Arzt wird Ihnen entweder ein Rezept für dieses Medikament ausstellen oder eine geeignete Alternative finden. Die Rezepte werden direkt an eine Apotheke der Wahl des Patienten geschickt.

Schwangerschaft und Geburt

Eine Schwangerschaft ist ein natürliches Ereignis und in den Niederlanden ist es üblich, zu Hause zu entbinden. Ungefähr ein Drittel der Erstgeborenen und 65 % der Zweitgeborenen werden in den

Niederlanden zu Hause geboren. Sie können sich für eine Entbindung in einem Krankenhaus entscheiden, aber wenn Sie gesund sind und keine Komplikationen haben ("geringes Risiko"), kann dies zu zusätzlichen Kosten führen. Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenversicherung, welche Behandlung abgedeckt ist.

Mit seinem einzigartigen System von Hebammen und Gynäkologen ist die Mutterschaftsvorsorge und Neugeborenen Versorgung in den Niederlanden von höchster Qualität. Ist alles in Ordnung in der Schwangerschaft, übernimmt in der Regel eine Hebamme die hochwertige Betreuung vor, während und nach der Geburt. Wenn Komplikationen auftreten, wird Ihre Hebamme Sie an einen Gynäkologen überweisen. Eine Hebamme (die ein 4-jähriges Bachelor-Studium abgeschlossen hat) ist in erster Linie eine medizinische Fachkraft. Darüber hinaus ist sie auch Coach und Vertrauensperson während der gesamten Schwangerschaft.

Wenn Sie schwanger sind, sollten Sie als erstes Ihren Hausarzt oder Ihre Hebamme konsultieren. Ihr Hausarzt steht Ihnen mit allgemeinmedizinischer Beratung zur Seite und Ihre Hebamme beginnt mit der regulären Mutterschaftsbetreuung. Es steht Ihnen frei, Ihre eigene Hebamme zu wählen, die Sie während der gesamten Schwangerschaft regelmäßig trifft und die Gesundheit und das Wohlbefinden von Ihnen und Ihrem Baby überwacht.

Wie erneuern Sie Ihre Medikation?

Haben Sie bereits ein Web-App Konto? Falls nicht, wenden Sie sich an einen unserer Assistent*innen, die Ihnen bei der Erstellung eines Kontos behilflich sein können. Bitte beachten Sie, dass dies nur mit einer niederländischen Telefonnummer funktioniert.

Web-App

- Besuchen Sie unsere Website www.mcmf.nl
- Melden Sie sich in der Web-app an
- Drücken Sie den Knopf "Medikamente bestellen" (order medication).
- Nun sehen Sie eine Liste mit Ihren Medikamenten, die Sie bestellen können. (Bitte beachten Sie, dass dies nur die chronischen Medikamente sind, die Sie verwenden).
- Wählen Sie das Medikament aus, das Sie bestellen möchten. Sie sehen auch, an welche Apotheke das Medikament geschickt wird.

Ein Rezept telefonisch bestellen

- Rufen Sie die Praxis unter 043-3212309 an
- Wählen Sie im Auswahlmenü die Option 2, um die Verschreibung zu erneuern.
- Geben Sie Ihren Namen und Ihr Geburtsdatum an.
- Nennen Sie den Namen des Medikamentes, die Dosierung, die Menge und die Apotheke, an die Sie das Rezept geschickt haben möchten.
- Wenn Sie das Medikament bestellt haben, kann es 2 Arbeitstage dauern, bis es zur Abholung in der Apotheke bereitliegt.
- Wenn Sie Ihr Medikament vor 12 Uhr bestellen, wird das Rezept noch am selben Tag an Ihre Apotheke geschickt.
- Wenn Sie nach 12 Uhr bestellt haben, wird das Rezept erst am nächsten Tag an Ihre Apotheke geschickt.

Mit freundlichen Grüßen

Team Huisartsenpraktijk Mosae Forum