



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

الصحة

النظام الصحي
التأمين الصحي والتأمين ضد الحوادث
الرعاية الطبية
الحمل/ الولادة
الصحة النفسية

hallo-bern.ch

معلومات لبداية جيدة في مكان السكن الجديد
الصحة



النظام الصحي

النظام الصحي في سويسرا مطوّر بشكل جيد جداً. كل السكان مؤمنون بشكل شامل وإجباري ضد الحوادث والمرض. العديد من العيادات الطبية والصيدليات والمستشفيات تضمن الرعاية.

نظام التأمين الصحي

يجب على كل السكان في سويسرا التأمين ضد الحوادث والمرض. أي شخص ينتقل إلى هنا يجب عليه الحصول على التأمينات في الأشهر الثلاثة الأولى بعد دخول البلاد. يجب تأمين الأطفال في غضون ثلاثة أشهر من ولادتهم. خدمات التأمينات إلزامية منظمّة قانونياً. جميع المؤمن عليهم لديهم الحق بنفس الرعاية الطبية.

التمويل

يتم تمويل النظام الصحي السويسري بشكل مشترك من قبل الدولة (الحكومة الاتحادية والكانتونات والبلديات) وأصحاب العمل والأفراد. يدفع الأفراد قسط تأمين شهري للتأمين الصحي والتأمين ضد الحوادث. يتم تحديد هذا القسط كل عام ويختلف حسب الكانتون. أي شخص يمرض أو يتعرض لحادث يجب عليه أن يساهم أيضاً في التكاليف (Franchise | franchise, Selbstbehalt | la quote part). ولكن يوجد حد أقصى سنوي للمبلغ.

خدمات الترجمة

ليس الأمر سهل إذا توجب على المرء التحدث مع أطباء أو صيادلة أو ممرضات بلغة أجنبية. لذلك تقدّم بعض المستشفيات ترجمات من قبل مترجمين بين الثقافات مدربين تدريباً خاصاً. على المرضى الإستعلام بأنفسهم عن هذا الأمر في وقت مناسب. يمكن أيضاً حجز المترجمين لزيارات الطبيب أو حالات أخرى. ولكن هنا يجب على المرء أن يدفع لهم بنفسه.

مزيد من المعلومات (روابط ، عناوين ، كراسات ، نشرات)

www.hallo-bern.ch/ar/health/health-care-system

التأمين الصحي والتأمين ضد الحوادث

يجب على كل الساكنين في سويسرا الاشتراك في وكالة التأمين الصحي والتأمين ضد الحوادث. هذه الوكالات الخاصة تتحمل نفقات علاج الحوادث والمرض أو الحمل. يجب الاشتراك في التأمين الصحي وتأمين الحوادث خلال الثلاثة أشهر الأولى من الوصول إلى سويسرا.

التأمين الصحي (التأمين الاساسي)

يجب على جميع السكان في سويسرا عمل تأمين صحي بأنفسهم (Grundversicherung | assurance de base). من ينتقل إلى سويسرا لديه ثلاثة أشهر للقيام بذلك. إذا مرض المرء في هذه الفترة فسيتحمل التكاليف بآثر رجعي. يتم تقديم التأمين الاساسي من خلال العديد من شركات التأمين الصحي الخاصة (Krankenkassen | caisses-maladies privées). إختيار التأمين الصحي حر. شركات التأمين الصحي ملزمون بقبول جميع الأشخاص المقيمين في سويسرا. يدفع المؤمنون قسطاً شهرياً. تختلف هذه الأقساط حسب شركة التأمين الصحي ونموذج التأمين، لذلك من المفيد مقارنة العروض. يمكن للمرء تغيير صندوق التأمين الصحي فقط مرة واحدة في السنة (نوفمبر). لا يغطي التأمين الاساسي التكاليف في حالة المرض فحسب، بل يدفع أيضاً تكاليف الحمل والولادة. الخدمات منظّمة قانونياً. إنتباه: عادة يجب على المرء دفع تكاليف علاج الأسنان أو النظارات بنفسه.

التأمين ضد الحوادث

يتم تأمين الموظفين تلقائياً من قبل صاحب العمل ضد الحوادث أثناء العمل وأوقات الفراغ إذا كانوا يعملون أكثر من 8 ساعات في الأسبوع. أولئك الذين يعملون بشكل أقل ليسوا مؤمنين ضد الحوادث في أوقات فراغهم وعليهم الإهتمام بالتأمين ضد الحوادث بأنفسهم. ينطبق هذا أيضاً على العاملين لحسابهم الخاص وجميع الأشخاص غير العاملين. يجب على الأشخاص الغير عاملين تأمين أنفسهم ضد الحوادث في شركة التأمين الصحي الخاصة بهم. يمكن للعاملين لحسابهم الخاص الحصول على تأمين ضد الحوادث في شركات تأمين أخرى. يجب على المؤمن عليه دفع أقساط شهرية. في حالة الموظفين يتم خصم الأقساط مباشرة من الراتب.

تخفيض قيمة الاشتراك

من لا يستطيع تحمّل أقساط التأمين الصحي لديه الحق تحت ظروف معينة بالحصول على تخفيض لأقساط (Prämienverbilligung | réduction de primes d'assurance-maladie) للتأمين الاساسي. للحصول على التخفيض يجب على المرء تقديم طلب بحلول ٣١ ديسمبر من كل عام. إذا تمت الموافقة على هذا فسوف يدفع المرء أقساطاً أقل في العام المقبل. يعطي مكتب التأمينات الاجتماعية (Amt für Sozialversicherungen, ASV | Office des assurances sociales, OAS) معلومات حول تخفيض الأقساط ويستلم الطلبات عبر الإنترنت.

تأمين تكميلي للتأمين الاساسي

كتكملة للتأمين الاساسي الإلزامي يمكن عمل تأمينات إضافية متنوعة (Zusatzversicherungen | assurances complémentaires) بشكل طوعي. هذه تغطي خدمات لا يتحملها التأمين الاساسي، مثل علاج الأسنان. يتم تقديم التأمينات الإضافية من قبل جميع شركات التأمين الصحي تقريباً. يمكن لشركات التأمين الصحي أن تقرر بنفسها ما إذا كانت تريد التأمين على شخص ما أم لا ويمكنها فرض شروط.



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

مزيد من المعلومات (روابط ، عناوين ، كراسات ، نشرات)

www.hallo-bern.ch/ar/health/health-and-accident-insurance

hallo-bern.ch

معلومات لبداية جيدة في مكان السكن الجديد
الصحة



الرعاية الطبية

في معظم الحالات يجب على أي شخص يمرض أو يتعرض لحادث مراجعة طبيب الأسرة أولاً. في حالة الأمراض أو الحوادث البسيطة تتوفر المساعدة أيضاً في الصيدليات. فقط في حالات الطوارئ الخطيرة فعلاً يجب أن يذهب المرء مباشرة إلى المستشفى.

الصيدليات

تبيع الصيدليات أدوية بحاجة لوصفة طبية (موصوفة طبياً) وجميع الأدوية الأخرى. إذا كان المرء يعاني من مرض خفيف فمن المستحسن أن يذهب إلى الصيدلية أولاً. الصيادلة مدربون جيداً ويقدمون المشورة لزيائهم. هناك صيدلية طوارئ مفتوحة دائماً، لذا يمكن الحصول على الأدوية في حالات الطوارئ. يمكن معرفة أي صيدلية طوارئ مفتوحة على أرقام الهاتف التالية:

برن: ٠٠ ٩٩ ٩٨ ٩٠٠. (٩٨، فرنك سويسري / دقيقة)

بيل: ٢٤ ٢٤ ٢٤ ٨٤٢

تون: ٣٦ ٣٦ ٣٦ ٩٠٠. (٨٨، فرنك سويسري / دقيقة)

طبيب العائلة / طبيب الأطفال

في سويسرا كثير من الناس لديهم طبيب أسرة (Hausarzt | médecin de famille). هو يعرف التاريخ الطبي الشخصي وهو أول شخص إتصال للمشاكل الطبية. للأطفال يوجد أطباء أطفال. إذا لزم الأمر يقوم الطبيب بإحالة المريض إلى الأطباء المتخصصين أو إلى المستشفى. على المرء أن يذهب مباشرة إلى المستشفى فقط في حالة الطوارئ الشديدة. لجميع حالات الطوارئ الأخرى خارج أوقات عمل عيادة الطبيب يوجد رقم طوارئ مركزي في كانتون برن. يمكن الوصول إلى هذا على مدار ٢٤ ساعة على رقم الهاتف ٧٤٧ ٧٦٥ ٩٠٠. (٩٨، فرنك سويسري / دقيقة).

طبيب الاسنان

عادة يجب على المرء دفع تكاليف علاج الأسنان بنفسه. ولكن هناك إمكانية الحصول على تأمين إضافي يغطي علاج الأسنان. يحق للأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة إجراء فحص أسنان مجاني كل عام. المدرسة تعطي معلومات عن هذا الأمر.

المستشفى / أقسام الطوارئ

إذا كان على شخص ما الذهاب إلى المستشفى (Spital | hôpital) فعادة ما يتم تسجيله من قبل الطبيب. الإستثناءات هي حالات الطوارئ الخطيرة، حيث يجب على المرء أن يذهب مباشرة إلى قسم الطوارئ في المستشفى. إذا كانت الحالة تشكل خطر على الحياة أو إذا كان المريض بحاجة إلى نقله فيجب الإتصال برقم الطوارئ ١٤٤. في حالات الطوارئ الأقل خطورة يكون طبيب الأسرة هو المسؤول.



الرعاية في المنزل

يمكن للمرضى أو الأشخاص المحتاجين للرعاية والذين يحتاجون إلى مساعدة في المنزل طلب خدمات التمريض الخارجي (Spitex | service de soins à domiciles externes). يذهب المتخصصون إلى منازل المرضى للعناية بهم أو لمساعدتهم في أعمال المنزل. العرض موجه للأشخاص الذين هم بحاجة للمساعدة بسبب مرض أو حادث أو مشاكل كبر السن أو مضاعفات أثناء الحمل أو بعد الولادة. يتم تغطية بعض التكاليف من خلال التأمين الأساسي (Grundversicherung | assurance de base). بالإضافة إلى رابطة شببتكس في كانتون برن (Spitexverband | association Spitex) هناك العديد من مقدمي خدمة شببتكس الخاصين.

مزيد من المعلومات (روابط ، عناوين ، كراسات ، نشرات)

www.hallo-bern.ch/ar/health/medical-care



الحمل/ الولادة

لا يتعين على النساء الحوامل دفع تكاليف الفحوصات اللازمة بأنفسهن. يغطي التأمين الأساسي تكاليف الولادة أيضاً. يمكن للوالدين الحصول على إستشارة مجانية قبل الولادة وبعدها.

خدمات الحمل والولادة

يغطي التأمين الأساسي الخدمات الطبية المتعلقة بالحمل أو الولادة (Grundversicherung | Assurance de base). ويشمل ذلك الفحوصات الدورية قبل الولادة والولادة نفسها والرعاية اللازمة بعد ذلك. يجب على المرأة الحامل الإتصال بطبيبة، بطبيب أو بقابلة في مرحلة مبكرة. تقدم المستشفيات والقابلات دورات تحضيرية للولادة (Geburtsvorbereitungskurs | Cours de préparation à l'accouchement). هناك دورات خاصة للمهاجرين. يمكن أن تتم الولادة في المستشفى أو في مركز الولادة أو في المنزل.

ما بعد الولادة

من العادي في سويسرا أن يطلب الوالدين المشورة بعد الولادة. يوجد لهذا الغرض مركز إستشارات للأمهات وللآباء (Mütter- und Väterberatungsstelle | Centre de puériculture). يوفر هذا المركز معلومات مجانية عن نمو الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 0-5 سنوات وتغذيتهم ورعايتهم وتربيتهم. سيخبر الطبيب، الطبيبة أو القابلة بأي فحوصات لاحقة ضرورية للأم والطفل. من المهم جداً تأمين الطفل ضد المرض والحوادث في موعد لا يتجاوز ثلاثة أشهر بعد الولادة (Grundversicherung | Assurance de base, Unfallversicherung, | assurance accident). من الأفضل القيام بذلك قبل الولادة.

التلقيحات

يوصى بتلقيح الأطفال ضد بعض الأمراض في الوقت المناسب. ولكن اللقاحات ليست إلزامية. عادة ما يتم تغطية تكاليف اللقاحات الموصى بها من قبل التأمين الأساسي. يقدم طبيب الأطفال أو مركز الإستشارات للأمهات وللآباء معلومات حول اللقاحات.

إنهاء الحمل

يُسمح في سويسرا بإنهاء الحمل في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل. بعد نهاية الأسبوع الثاني عشر من الحمل لا يمكن الإجهاض إلا إذا كانت الصحة الجسدية و / أو النفسية للمرأة في خطر. يجب على الطبيبة أو الطبيب تقييم ذلك. من تفكر بإنهاء الحمل يحق لها الحصول على مشورة مجانية. يجب على الشابات دون سن ١٦ أن يتوجهن إلى مركز إستشاري متخصص. يغطي التأمين الأساسي تكاليف جميع الخدمات الطبية.

مزيد من المعلومات (روابط ، عناوين ، كراسات ، نشرات)

www.hallo-bern.ch/ar/health/pregnancy--childbirth

الصحة النفسية

في سويسرا لا يوجد تمييز بين الأمراض النفسية والجسدية. يدفع التأمين الأساسي تكاليف معالجة المصابين بأمراض نفسية عند المتخصصين بالإضافة إلى الإقامة في العيادات.

الدعم والمشورة

يوجد في سويسرا العديد من المتخصصين الذين يمكنهم تقديم المزيد من المساعدة في الأوضاع الشخصية أو العائلية الصعبة. يدفع التأمين الأساسي (Grundversicherung | assurance de base) تكاليف علاج الأمراض النفسية من قبل متخصصين معترف بهم قانونياً مثل الأطباء النفسيين. يتم دفع تكاليف الإقامة في العيادات أيضاً. من لديه مشاكل يمكنه أيضاً الإتصال مجاناً بمراكز الإستشارة التي تلتزم السرية. على سبيل المثال توفر اليد الممدودة (Dargebotene Hand | la Main tendue) المشورة عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني أو الدردشة (الهاتف ١٤٣ ، www.143.ch). يمكن لطبيب الأسرة أن يساعد أيضاً. إذا كان الشخص في خطر شديد يعرضه لإيذاء نفسه أو الآخرين فيجب التصرف بسرعة. في مثل هذه الحالات الطارئة تساعد الشرطة (هاتف ١١٧).

الأطفال و الشباب

تعتبر الخدمة النفسية للشباب المجانية (Jugendpsychologischer Dienst | Service de psychiatrie pour les jeunes) مركز مراجعة أول جيد للشباب الذين يعانون من مشاكل نفسية. يمكن للوالدين القلقين على أطفالهم الإتصال أيضاً. تقدم خدمة إتصال الطوارئ للأطفال (Kindernotruf | Urgences enfants) مساعدة للأطفال والشباب مجانية ومع الإلتزام بالسرية عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني أو الدردشة (هاتف ١٤٧ ، www.147.ch). توجد العناوين التالية لحالات الطوارئ النفسية للأطفال وللشباب:

- مركز الطوارئ NZKJP: إقليم مدينة برن والهضبة الوسطى؛ أوبرارغاو وإيمنتال؛ أوبرلاند (هاتف ٨٨ ٩٣٢ ٠٣١ ، كل يوم ، ٢٤ ساعة)
- مستوصف KJP بيل، إقليم بيل (هاتف ٩٩ ٦٦ ٣٢٨ ٠٣٢ ، من الاثنين إلى الجمعة من الساعة ٨ صباحاً حتى ٦ مساءً)
- مركز مستشفى بيل (هاتف ٢٤ ٢٤ ٣٢٤ ٠٣٢ ، كل يوم من الساعة ٨ صباحاً حتى ٦ مساءً).

مرض الإدمان

في حالات مرض الإدمان تساعد العديد من مراكز إستشارات الإدمان (Suchtberatung | Centre de consultation en matière d'addiction). تقدم المراكز المشورة والعلاج بشكل سري ومجاني. يمكن أيضاً للمرء الإتصال بمراكز الإستشارة إذا كان يعتني بأقارب أو أشخاص مقربين منه. أمراض الإدمان لا تشمل فقط إدمان الكحول أو إدمان المخدرات. يمكن أن تساعد مراكز إستشارات الإدمان أيضاً في حالات الإدمان الأخرى مثل إدمان القمار أو إدمان التسوق أو إدمان الإنترنت أو اضطرابات الأكل. يمكن أيضاً طرح الأسئلة عبر البريد الإلكتروني.

الصددمات

من عانى من أشياء سيئة في حياته ولا يمكنه التعامل معها يجب أن يحصل على المساعدة. الصدمات تُعتبر أمراض نفسية يجب أن تؤخذ على محمل الجد. بالإضافة إلى تقديم المشورة والدعم للمشاكل والأمراض النفسية هناك أيضاً مراكز متخصصة وعلاجات لضحايا الحرب والتعذيب.



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

مزيد من المعلومات (روابط ، عناوين ، كراسات ، نشرات)

www.hallo-bern.ch/ar/health/mental-health

hallo-bern.ch

معلومات لبداية جيدة في مكان السكن الجديد
الصحة