



Kanton Bern  
Canton de Berne

**hallo-bern.ch**  
**salut-berne.ch**

# Shëndeti

Sistemi shëndetësor

Sigurimi për sëmundje dhe aksident

Shërbimit mjekësore

Shtatzënësia / lindja

Shëndeti psiqik

**hallo-bern.ch**

Informacione për një fillim të mirë në vendbanimin e ri  
Shëndeti



## Sistemi shëndetësor

Sistemi shëndetësor në Zvicër është i ndërtuar shumë mirë. Të gjitha banoret dhe banorët janë të gjithëpërfshirë dhe detyrimisht të siguruar kundër aksidentit dhe sëmundjes. Numri i mjaftueshëm i ambulancave mjekësore, barnatoreve, dhe spitaleve e bëjnë shërbimin e sigurt.

### Sistemi i sigurimit

Në Zvicër duhet të gjitha banoret dhe banorët të sigurohen kundër aksidentit dhe sëmundjes. Kush vie në Zvicër, duhet ta bëjë sigurimin në tre muajt e parë. Fëmijët duhet mbrenda tre muajve pas lindjes të sigurohen. Shërbimet e sigurimit obligativ janë me ligj të rregulluara. Të gjithë të siguruarit e kanë të drejtën e njëjtë të trajtimit mjekësor.

### Financimi

Sistemi shëndetësor zviceran financohet s' bashku prej vendi (shteti, kantonet, komunat), punëdhënësve dhe personat privat. Personat privat paguajnë vetëm sigurimin për përkuqdesje gjatë sëmundjes dhe atë për aksident, një shumë siguri mujor. Kjo vendoset çdo vit dhe është sipas kantonit e ndryshme. Kush sëmuret apo ka një aksident, duhet të marr përsipër një pjesë të shpenzimeve (shuma e përcaktuar) (Franchise | franchise, Selbstbehalt | la quote part) ) dhe pjesëmarrja vetanake. Mirëpo, këtu ka një shumë të përcaktuar maksimale vjetore.

### Përkthimet

Nuk është e thjeshtë, kur njeriu në një gjuhë të huaj duhet të merret vesh me mjeket, farmacistet apo përkuqdesësit mjekësor. Disa spitale ofrojnë përkthime përmes përkthyesve ndërkulturor special të shkolluar. Pacientet dhe pacientët duhet vetë për këtë të informohen me kohë. Përkthyes munden të kërkohen edhe për vizita mjekësore dhe situata të tjera. Mirëpo atëherë duhet të paguhen vetë.

### Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

[www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/sistemi-shendetesor](http://www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/sistemi-shendetesor)



## Sigurimi për sëmundje dhe aksident

Kush banon në Zvicër, duhet ta ketë një sigurim për aksident- dhe një sigurim shëndetësor. Këto sigurime private i heqin shpenzimet, te aksidentet, sëmundja apo shtatzënësia. Të dy sigurimet duhet të bëhen në tre muajt e parë pas ardhjes në Zvicër.

### Sigurimi shëndetësor me përkujdesje (sigurimi bazë)

Të gjitha banoret dhe banorët në Zvicër duhet patjetër vetë ta bëjnë një sigurim shëndetësor me përkujdesje -sigurim bazë, (Grundversicherung | assurance de base). Kush vendoset në Zvicër, ka për këtë tre muaj kohë. Nëse njeriu sëmurët në këtë kohë ende pa e përmbyll sigurimin, shpenzimet e bëra kërkohen më pastaj. Sigurimi bazë ofrohet prej shumë sigurimeve shëndetësore private (Krankenkassen | caisses-maladies privées). Zgjedhja e një sigurimi shëndetësor është e lirë. Sigurimet shëndetësore duhet t'i marrin të gjithë personat që jetojnë në Zvicër. Të siguruarit paguajnë një shumë mujore. Këto shuma janë të ndryshme dhe të larta sipas sigurimit shëndetësor, modelit të sigurimit, për këtë e vlen të krahasohen ofertat. Sigurimet shëndetësore mundet njeriu vetëm një herë në vit t'i ndërroj (nëntor). Sigurimi bazë nuk i merr vetëm shpenzimet kur njeriu është i sëmurë, ai e paguan edhe shtatzënësin dhe lindjen. Shërbimet janë të rregulluara me ligj. Kujdes: Shpenzimet për mjekimin e dhëmbëve apo syzet zakonisht duhet të paguhet vetë.

### Sigurimi për aksidente

Të punësuarit janë automatikisht të siguruar kundër aksidenteve gjatë punës dhe në kohën e lirë përmes punëdhënësit, nëse punojnë më shumë se 8 orë në javë. Kush punon më pak, nuk është i siguruar kundër aksidenteve në kohën e lirë dhe duhet vetë të përkujdeset për sigurim kundër aksidentit. Kjo vlen edhe për të pavarurit dhe të gjithë personat që nuk janë në marrëdhënie pune, ata duhet të sigurohen kundër aksidentit te një sigurim shëndetësor. Të pavarurit mundën edhe te sigurimet e tjera ta bëjnë një sigurim kundër aksidentit. Të siguruarit duhet të paguajnë premin mujore. Te të punësuarit zbritet direkt nga paga.



## Lirimi i premive (shumës)

Kush nuk mundet ta paguaj sigurimin shëndetësor, ka sipas rrethanave të drejtën për zbritjen e premis (Prämienvverbilligung | réduction de primes d'assurance-maladie) nga sigurimi bazë. Për me marr këtë zbritje, njeriu duhet çdo vit deri më 31. dhjetor ta bëjë një kërkesë. Nëse kjo lejohet, paguan njeriu në vitin e ardhshëm më pak premi. Për personat që më vonë kanë ardhë në kanton, vlejnë rregulla speciale. Zyra për sigurime sociale ( Amt für Sozialversicherungen, ASV | Office des assurances sociales, OAS ) informon për zbritjen e premis dhe e merr online kërkesën për zbritje.

## Sigurimi plotësues për sigurimin bazë

Vullnetarisht munden te sigurimi shëndetësor bazë i detyruar të bëhen sigurime të ndryshme plotësuese (Zusatzversicherungen | assurances complémentaires). Këto i mbulojnë shërbimet të cilat nuk mbulohen nga sigurimi bazë, p.sh, mjekimi i dhëmbëve. Sigurimet plotësuese ofrohen po thuajse prej të gjitha sigurimeve shëndetësore. Sigurimet shëndetësore mund të vendosin vetë, a dëshirojnë dikë ta sigurojnë apo jo, dhe mund të paraqesin kushte.

## Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

[www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/sigurimi-per-semundje-dhe-aksident](http://www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/sigurimi-per-semundje-dhe-aksident)



## Shërbimit mjekësore

Kush sëmuret apo ka një aksident, duhet në të shumtën e rasteve s`pari të shkoj te mjeku familjar. Te sëmundjet e lehta apo aksidentet njeriu merr ndihmë edhe në barnatore. Vetëm te aksidentet vërtetë të rënda duhet njeriu të shkoj direkt në spital.

### Barnatoret

Barnatoret shesin barna për të cilat duhet të kesh detyrimisht (recept prej mjekëve) dhe të gjitha barnat e tjera. Te një sëmundje e lehtë propozohet, që njeriu të shkoj më parë në barnatore. Farmacistja dhe farmacisti janë të arsimuar mirë dhe këshillojnë klientet dhe klientët e tyre. Një barnatore për raste emergjente është çdo herë e hapur, kështu njeriu merr edhe në raste emergjente barna. Se cila barnatore për raste emergjente është e hapur, e kupton njeriu përmes këtyre numrave të telefonit:

- Bern: 0900 98 99 00 (0.98 FR/min.)
- Biel: 0842 24 24 24
- Thun: 0900 36 36 36 (0.88 FR/min.)

### Mjeku familjar / mjeku i fëmijëve

Në Zvicër e kanë shumë persona një mjek familjar (Hausarzt | médecin de famille). Ky e njeh ecurin personale të sëmundjes dhe është te problemet medicinale personi i parë kontaktues. Për fëmijë ka mjeke dhe mjek të fëmijëve. Nëse është e nevojshme, i udhëzon mjeku pacientët te mjekët specialist në fushë të caktuar apo në spital. Direkt në spital duhet të shkoj njeriu vetëm në raste emergjente të rënda. Për të gjitha emergjencat e tjera, ka jashtë orarit të punës të mjekëve një numër për raste emegjente në kantonin e Bernit. Ky nummer, linjë është 24 orë i hapur 0900 576 747 ( FR.-1.98/min.).

### Mjeku i dhëmbëve

Mjekimi i dhëmbëve sipas rregullit duhet të paguhet vetë. Mirëpo ekziston mundësia, me e bërë një sigurim shtesë, që e mbulon trajtimin e dhëmbëve. Fëmijët që shkojnë në shkollë e kanë të drejtën për kontroll të dhëmbëve një herë në vit. Informacione për këtë jep shkolla.



## Spitali / stacionet për raste emergjente

Kur dikush duhet të shtrihet në spital (Spital | hôpital), në shumicën e rasteve udhëzohet nga një mjeke apo mjek. Përjashtim bëjnë aksidentet e rënda, te të cilat njeriu duhet direkt të shtrihet në një stacion spitalor për raste emergjente. Nëse situata është e rrezikshme për jetë apo pacienti duhet të merret, duhet njeriu të thërras në numrin emergjent 144. Te rastet më pak të rënda është mjekja apo mjeku familjar përgjegjës.

## Përkujdesja në shtëpi

Të sëmurit apo nevojtarët për përkujdesje, të cilëve ju nevojitet në shtëpi mbështetje, munden t'i marrin shërbimet nga spitali ekstern për përkujdesje ndaj të sëmurëve (Spitex | service de soins à domiciles externes). Personat e arsimuar në fushën përkatëse shkojnë në shtëpi te pacientet dhe pacientët për përkujdesje ndaj tyre, apo me iu ndihmuar në punët e shtëpisë. Kjo ofertë ju drejtohet personave që për shkak të sëmundjes, aksidentit, pleqërisë, komplikimet në shtatzënësi apo pas lindjes kanë nevojë për mbështetje. Pjesërisht mbulohen shpenzimet nga sigurimi bazë (Grundversicherung | assurance de base). Përveç shoqatës spitali ekstern Bern (Spitexverband | association Spitex) ka një numër të madh të ofertuesve privat.

## Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

[www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/sherbimit-mjekesore](http://www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/sherbimit-mjekesore)



## Shtatzënësia / lindja

Gratë shtatzëna nuk duhet t'i paguajnë vet kontrollat e nevojshme. Edhe shpenzimet e lindjes i merr përsipër sigurimi bazë. Pas lindjes munden prindërit të këshillohen falas.

### Shërbimet shtatzënësia dhe lindja

Shërbimet medicinale në lidhje me shtatzënësin dhe lindjen mbulohen nga sigurimi shëndetësor bazë (Grundversicherung | Assurance de base). Këtu bëjnë pjesë kontrollat e rregullta para lindjes, lindja vetë dhe përkujdesja e nevojshme më pastaj. Gratë shtatzëna duhet me kohë të drejtohen te një mjeke, mjek apo mami. Spitalet dhe mamit ofrojnë kurse për parapërgatitje për lindje (Geburtsvorbereitungskurs | Cours de préparation à l'accouchement). Ka kurse speciale për emigrante dhe emigrant. Lindja mund të bëhet në spital, në një shtëpi për lindje apo në shtëpi.

### Pas lindjes

Në Zvicër është e zakonshme, që prindërit pas lindjes të këshillohen. Për këtë ka këshillimore për nëna dhe baba (Mütter-und Väterberatungsstelle | Centre de puériculture). Kjo ofron informacion falas mbi zhvillimin, ushqyerjen, kujdesin dhe edukimin e fëmijëve të moshës 0-5 vjeç.

Këto këshillimore të njoftojnë për zhvillimin, ushqimin dhe përkujdesjen për foshnje. Këshillimet janë falas. Për kontrollat e mëpastajme të nevojshme për nënën dhe foshnjen informojnë mjeku, mjekja, apo mamia. Është shumë e rëndësishme, që fëmiju më s'voni tre muaj pas lindjes të sigurohet kundër sëmundjeve dhe aksidentit sigurimi bazë, sigurimi për aksident (Grundversicherung | Assurance de base, Unfallversicherung, | assurance accident). Më s'miri është që njeriu ta bëjë këtë që para lindjes.

### Vaksinimi

Është e preferueshme, që njeriu me kohë t'i vaksinoj fëmijët kundër disa sëmundjeve. Vaksinimi nuk është i detyruar. Shpenzimet për vaksinimet e propozuara i merr sipas rregullit sigurimi bazë. Mjekja e fëmijëve apo mjeku i fëmijëve, apo këshillimorja për nëna dhe baba informojnë për vaksinim.



## **Ndërprerja e shtatzënisë**

Në Zvicër është e lejueshme ndërprerja e shtatzënisë në tre muajt e parë. Pas kalimit të javës të 12 të shtatzënisë është një abort i mundshëm, vetëm nëse rrezikohet shëndeti fizik apo psikik i gruas. Këtë duhet ta vendos një mjeke apo mjek. Kush e mendon një ndërprerje të shtatzënisë, ka të drejtë për një këshillim falas. Gratë E reja nën 16 vjeç duhet të drejtohen te një këshillimore e specializuar. Shpenzimet për të gjitha shërbimet mjekësore mbulohen prej sigurimit bazë.

## **Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)**

[www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/shtatzenesia--lindja](http://www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/shtatzenesia--lindja)





## Shëndeti psiqik

Në Zvicër nuk bëhet dallim në mes sëmundjeve psiqike dhe fizike. Sigurimi bazë e paguan trajtimin e sëmundjeve psiqike te njerëzit e specializuar si dhe qëndrimin në klinikë.

### Mbështetja dhe këshillimi

Për situata të vështira personale apo familjare, ka në Zvicër shumë persona të specializuar të cilët ndihmojnë. Sigurimi bazë (Grundversicherung | assurance de base) e paguan trajtimin te sëmundjet psiqike te njerëzit e specializuar të çertifikuar me ligj si psikiatret dhe psikiatrit. Qëndrimet në klinikë po ashtu paguhen. Kush ka probleme, mundet falas me ju drejtue këshillimoreve anonime. Kështu këshillon Dora e Zgjatur (Dargebotene Hand | la Main tendue) përmes telefonit, E- Mailt apo chat (telefon 143, [www.143.ch](http://www.143.ch)). Mirëpo edhe mjekja apo mjeku familjar munden të ndihmojnë. Kur një person është akut i rrezikuar, që vetes apo tjetrit mund t'i bëjë diçka, duhet të veprohet shpejt. Në këto raste urgjente ndihmon policia (telefoni 117).

### Fëmijët dhe të rinjët

Për të rinjët me probleme psiqike është si hap i parë i mirë dhe falas, shërbimi psikologjik për të rinjë (Jugendpsychologischer Dienst | Service de psychiatrie pour les jeunes). Edhe prindërit, të cilët brengosen për fëmijët e tyre, munden me u lajmërue aty. Mbështetje anonime falas për fëmijë dhe të rinjë ofrojnë thirrja emergjente për fëmijë (Kindernotruf | Urgences enfants) përmes telefonit, E-Mal apo Chat (Tel.147, [www.147.ch](http://www.147.ch)). Për raste emergjente psikiatrike te fëmijët dhe të rinjët ka këto adresa:

- qendra emergjente NZKJP: Rajonet qyteti i Bernit dhe qendra; Oberaargau (pjesa verilindore e Bernit) dhe Emmental; Oberland (telefoni 031 932 88 44, çdo ditë, 24 orë.
- Ambulanca KJP (psikiatria për fëmijë dhe të rinjë), rajoni Biel (telefoni 032 328 66 99, e hënë deri e premte prej ora 8 deri 18)
- Qendra spitalore Biel (Telefoni 032 324 24 24, çdo ditë, prej ora 8 deri 18).



## Sëmundjet e vesit

Te sëmundjet e vesit ndihmojnë qendrat të këshillimit për vese (Suchtberatung | Suchtberatung | Centre de consultation en matière d'addiction). Këto vende ofrojnë këshillim dhe trajtim në besim, falas. Edhe kur njeriu brengoset për për të afërmit dhe personave që ka pranë, mundet t'i kontaktoj këto qendra këshilluese. Te sëmundjet e vesit nuk numrojnë vetëm vesi i alkoolit-apo drogës. Edhe te veset e tjera si vesi i lojës, i blerjes apo internetit edhe te çrregullimi në të ngrënë, ndihmojnë këshillimoret e vesit tutje. Pyetjet mund të bëhen edhe përmes e-mailit.

## Traumatizimi

Kush në jetë përjeton gjëra të këqija dhe nuk mundet t'i harroj, duhet të marr mbështetje. Sepse traumatizimet janë sëmundje që duhet marr seriozisht. Përgjatë këshillimit dhe ofertave mbështetëse për probleme psikike dhe sëmundje, ka edhe vende me njerzë të specializuar për trajtime të viktimave të luftës dhe torturës.

## Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

[www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/shendeti-psiik](http://www.hallo-bern.ch/sq/shendeti/shendeti-psiik)