Si enferma en los Países Bajos ¿Es usted un ¿Supone un riesgo por la noche o fin para su vida? solicitante de asilo? de semana? NO NO NO SÍ ¡SÍ! Solo en caso de emergencia: Llame a un **centro de** Póngase en contacto atención primaria. NO con su consulta de GZA Allí le asistirá un (Asistencia sanitaria para Entonces médico de atención solicitantes de asilo) llame al primaria o le Llame al 112! consultorio derivarán al hospital. ¿Es por la tarde, Llame a la **línea de** de atención por la noche o fin SÍ primaria de semana? atención al paciente (088 - 112 2 112) ¿En qué puede ayudarle su médico de atención primaria? Prevención de Estrés, ansiedad, enfermedades. falta de sueño y como por ejemplo, melancolía Primeros auxilios/ vacunarse contra cirugía menor, la gripe y dejar de como la extirpación fumar de un lunar Asesoramiento para enfermedades crónicas, como el asma, la hipertensión arterial Dolencias o la diabetes físicas

Coste



- Como solicitante de asilo, la RMA (Atención médica para solicitantes de asilo) paga sus gastos sanitarios.
- Tanto si usted tiene estatus de refugiado como si se traslada a Países Bajos por motivos de trabajo o estudios, tiene la obligación de contratar un seguro médico. Con un seguro médico, no pagará nunca ninguna consulta con un médico de atención primaria.
- Para análisis de sangre, imágenes diagnósticas, medicamentos o consultas con otros profesionales sanitarios, es posible que tenga que pagar (pago extra).

¿Cómo puede encontrar a un médico de atención primaria?

¿Qué hace

el médico de atención

primaria

durante la

consulta?

- A través del municipio.
- A través de www.kiesuwhuisarts.nl
- A través de www.zorgkaartnederland.nl

- Le hace preguntas para examinar su problema de salud.
- Exploración física.
- Ofrece consejos.
- En caso necesario:
 - Análisis de sangre, imágenes diagnósticas.
- · Receta medicamentos.
- Le deriva a otro profesional sanitario, como por ejemplo:
- dietista, fisioterapeuta, dentista, obstetra;
- cualquier especialista del hospital.

Si se siente enfermo



¿Qué puede hacer usted mismo?

- · Llevar una vida sana, practicar ejercicio y seguir las recomendaciones de salud (Thuisarts.nl o moetiknaardedokter.nl).
- · Comer de forma saludable (voedingscentrum.nl).
- Compartir experiencias y solicitar apoyo (refugeehelp.nl).



En Países Bajos, el médico de atención primaria es el **primer**

médico al que se acude en caso de

padecer una dolencia o enfermedad.

CONSULTORIO DE ATENCIÓN PRIMARIA

> Quiere acudir a un profesional sanitario



- Evalúa la magnitud de su problema de salud por teléfono.
- Tiene formación médica y puede ofrecer consejos.
- Cuenta con su propio horario de consulta para tratamientos de menor envergadura.
- Determina si es necesario derivarle a un profesional sanitario.



Enfermero/auxiliar de enfermería

- Cuenta con su propio horario de consulta para dolencias físicas.
- Puede solicitar exploraciones físicas y recetar medicamentos previa consulta con el médico de atención primaria.



Profesional de la salud mental

- Tiene su propio horario de consulta para atender problemas de salud como el estrés, la ansiedad y la melancolía.
- Puede solicitar exploraciones físicas y recetar medicamentos previa consulta con el médico de atención primaria.

Médico de atención primaria

¿Qué es un médico de atención primaria?

Se atiende 1 queja médica por cita. Pida una cita doble si necesita más tiempo.

Por lo tanto, habrá ocasiones en las que no vea al médico de atención primaria.

No obstante, el médico de atención primaria está siempre informado de todo.

El médico de atención primaria ha recibido una formación avanzada especial.



El médico de atención primaria a menudo puede pedirle su opinión y le permite contribuir.

El médico de atención La principal prioridad del médico de atención primaria pruebas de seguimiento son es tener muy en cuenta necesarias en cada caso. sus necesidades.

En caso de necesitarlo, el médico de atención primaria le derivará a un especialista en el hospital.

primaria sabe qué



un adulto.





Intérpretes

Para obtener la ayuda adecuada, el médico debe ser capaz de entenderte bien.

Por esa razón, en ocasiones el médico de atención primaria recurre a un intérprete (vía telefónica).

Los intérpretes profesionales han recibido una formación especial para ayudar a los médicos de la forma más adecuada. Por lo tanto, es preferible no recurrir a familiares o amigos que hagan de intérpretes.