

## Nyttige telefonnumre

◁Apotek◁ ◁åpningstider◁	◁00 00 00 00◁
◁Tannlegevakt◁ ◁åpningstider◁	◁00 00 00 00◁
◁enhet 3◁ ◁åpningstider◁	◁00 00 00 00◁
◁enhet 4◁ ◁åpningstider◁	◁00 00 00 00◁
◁enhet 5◁ ◁åpningstider◁	◁00 00 00 00◁
◁enhet 6◁ ◁åpningstider◁	◁00 00 00 00◁
<b>Giftinformasjon</b> hele døgnet	<b>22 59 13 00</b>

Når liv og helse står på spill  
ring medisinsk nødnummer **113**



## In case of emergency remain calm – call 113

If you are in need of medical help/advice call the local  
emergency service: ◁legevaktnummer◁

◁plass for kart◁

◁navn på legevakt◁

◁evt.for kommunene navn, navn og navn◁

**Tlf. ◁00 00 00 00◁**

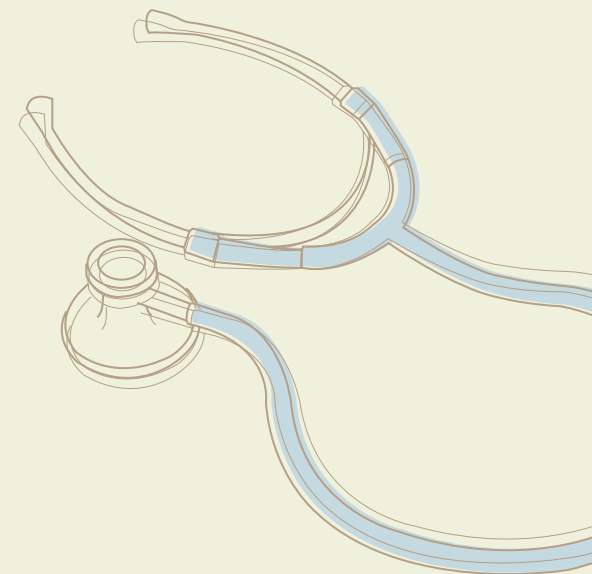
Åpen for telefonhenvendelser hele døgnet

Utarbeidet av Nasjonalt kompetansesenter for helsetjenestens  
kommunikasjonsberedskap (Kokom) i samarbeid med Nasjonalt kompetansesenter  
for legevaktmedisin. Finansiering: Sosial- og helsedirektoratet.  
Design og illustrasjoner: snedig.no

Bokmål

## Slik bruker du legevakten best

- Når du bør kontakte legevakten
- Råd og hjelp på telefon
- Ventetid på legevakten
- Betaling og refusjon



◁navn på legevakt◁

◁evt.for kommunene navn, navn og navn◁

**Tlf. ◁00 00 00 00◁**

Åpen for telefonhenvendelser hele døgnet

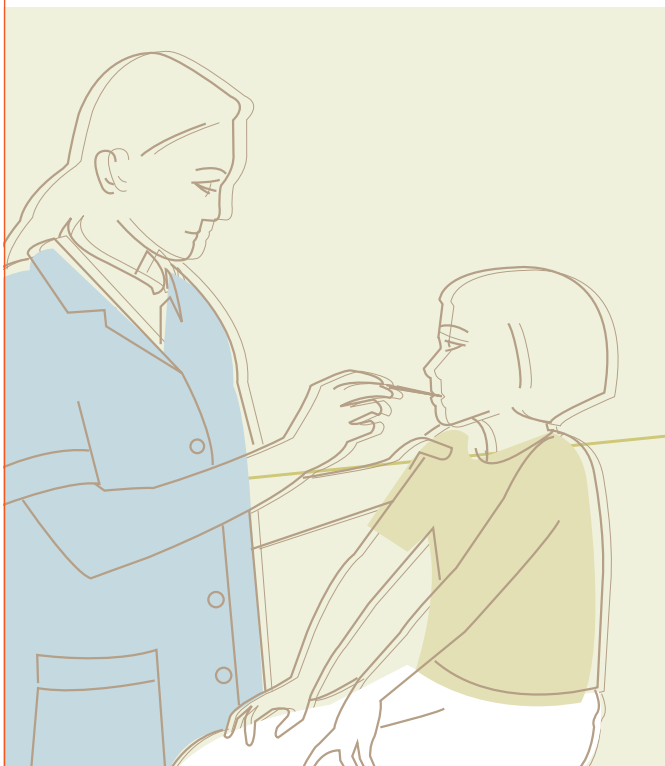
Når liv og helse står på spill  
ring medisinsk nødnummer **113**

## Vi hjelper deg når det haster

Legevaktens oppgave er å gi deg hjelp med helseproblemer som ikke kan vente til vanlig kontortid. Her er noen eksempler:

- smerter i brystet eller magen
- pustevansker
- akutt sykdom eller alvorlig forverring
- nedsatt allmenntilstand hos barn
- alvorlig psykisk sykdom
- mistanke om komplikasjoner i svangerskap
- kuttskader som må syes

Legevakten er ikke ment for deg som har en vanlig forkjølelse eller sykdom over flere dager uten akutt forverring.



Når liv og helse står på spill  
ring medisinsk nødnummer **113**

## Fastlegen kan også gi hjelp raskt

Hvis du trenger hjelp på dagtid, skal du ringe fastlegen din og spørre om du kan få en time. Fastlegen vurderer hvor mye det haster, og kan vanligvis gi deg en time på dagen hvis situasjonen krever det.

Du skal alltid henvende deg til fastlegen din når det gjelder:

- sykemelding
- fornying av resept
- varige plager uten akutt forverring



## Ring oss og spør!

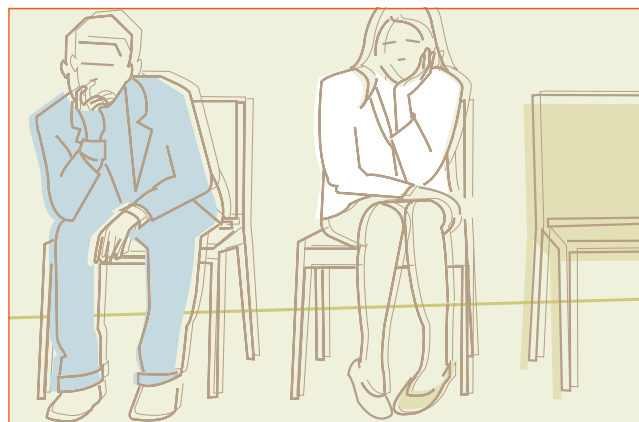
Ring og spør om du er usikker. Vi er her for å hjelpe deg! Sammen kan vi finne ut hvilken hjelp du trenger. I mange tilfeller vil vi kunne hjelpe deg på telefon, så du slipper å reise til legevakten.

For å kunne hjelpe deg på best mulig måte trenger vi ofte informasjon om tilstanden din, eventuell feber, om tidligere sykdommer og faste medisiner.

Dette kan være lurt å ha i huset:

- termometer
- febernedsettende stikkpiller/tabletter til barn
- smertestillende tabletter
- neseppray
- plaster/bandasje

Telefonrådgivning er gratis.



## Hvis du må vente, er det fordi andre trenger hjelpen raskere

På legevakten hjelper vi alltid de sykeste først.

Pågangen varierer, og legen kan også bli kalt ut til akutte hendelser. Derfor kan vi ikke gi deg en fast time. Hvis du må vente, er det fordi vi prioriterer andre som kanskje er i livsfare.



## Betaling på legevakten

- Legevakten krever betaling etter faste takster. Hvis du betaler kontant<evt: eller med kort>, unngår du faktureringsgebyr.
- Ta med eventuelt frikort.
- I noen tilfeller kan du få refundert transportutgifter. Det kommer an på hvor alvorlig tilstanden din er.
- Telefonrådgivning er gratis.