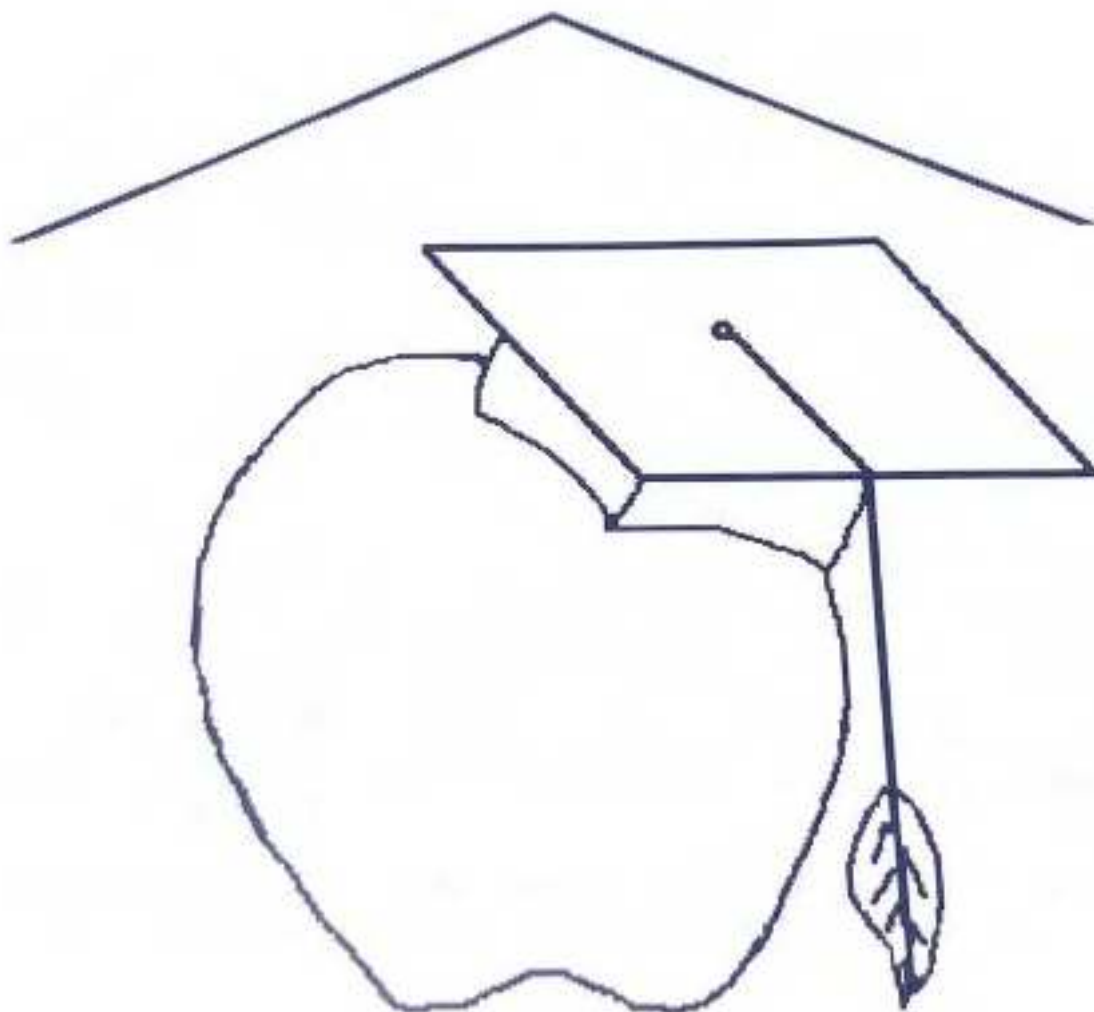
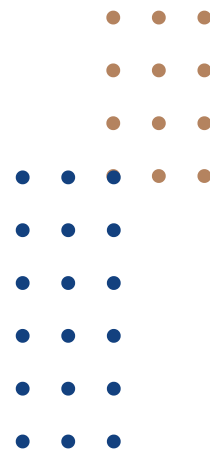


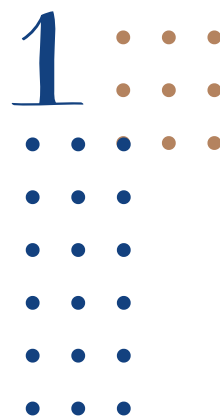
INFORMATOR O ZDRAVSTVENOJ ZAŠTITI STUDENATA-ZAGREB

URED ZA ZAŠTITU ZDRAVLJA STUDENATA
SVEUČILIŠTA U ZAGREBU



KAZALO

1	UVOD	3
2	ADRESAR ZDRAVSTVENIH USTANOVA	6
	Opće zdravlje	6
	Mentalno zdravlje	14
	Dentalno zdravlje	16
3	SPECIFIČNE I PREVENTIVNE MJERE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE STUDENATA	18
	NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO DR.ANDRIJA ŠTAMPAR	18
	-Služba za školsku i adolescentnu medicinu	18
	-Služba za javno zdravstvo	22
	-Služba za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti	23
	HRVATSKI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO	25
	-Služba za promicanje zdravlja	25
	-Nacionalna Info linija za ovisnosti	26
	CENTAR ZA ZDRAVLJE MLADIH - CZM	27
4	ZDRAVSTVENO OSIGURANJE	33
	Obvezno zdravstveno osiguranje	34
	Dopunsko zdravstveno osiguranje	38
	Dodatno zdravstveno osiguranje	41
5	EUROPSKA KARTICA ZDRAVSTVENOG OSIGURANJA	42
6	OSOBNI ZDRAVSTVENI PODACI	46
7	ZDRAVSTVENA PISMENOST	49



UVOD

Drage studentice i studenti,

nadamo se da će vam ovaj informativni materijal olakšati snalaženje i ubrzati pronalazak ustanove u kojoj možete dobiti zdravstvenu pomoć koju trebate.

Predlažemo vam da pri dolasku u Zagreb i upisu na fakultet izaberete svoje liječnike primarne zdravstvene zaštite (liječnika opće/obiteljske medicine, stomatologa i ginekologa) u jednom od Domova zdravlja u Zagrebu (najbolje blizu mjesta stanovanja):

- **Dom zdravlja Zagreb - Centar**, Runjaninova ulica 4

 01 4897666, 01 4897693

- **Dom zdravlja Zagreb - Zapad**, Prilaz baruna Filipovića 11

 01 3780444

- **Dom zdravlja Zagreb - Istok**, Ulica Lavoslava Švarca 20

 01 2350100

- **Dom zdravlja MUP-a**, Šarengradska ulica 3

 01 4801444

Na mrežnoj stranici svakoga Doma zdravlja nalazi se popis ordinacija primarne zdravstvene zaštite po djelatnostima i svi potrebni podaci: imena i prezimena djelatnika tima, radno vrijeme, broj telefona i adresa elektroničke pošte.

Nakon što odaberete Dom zdravlja i lokaciju (Domovi zdravlja u Zagrebu imaju ordinacije na više lokacija), prije konačnog odabira kontaktirajte željeni medicinski tim i dogovorite upis.

LIJEČNICI PRIMARNE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE BIRAJU SE ZA RAZDOBLJE OD NAJMANJE GODINU DANA, IZNIMNO JE MOGUĆE IZVRŠITI PROMJENU IZABRANOG LIJEČNIKA I UNUTAR ROKA OD GODINE DANA U SLUČAJU PROMJENE MJESTA PREBIVALIŠTA, ODNOSNO BORAVIŠTA KAO I U SLUČAJU KADA OSIGURANA OSOBA NAMJERAVA IZBIVATI IZ MJESTA PREBIVALIŠTA, ODNOSNO BORAVIŠTA DUŽE OD 3 MJESECA.

Da bi se ova iznimka mogla koristiti potrebno je **REGULIRATI** prijavu boravišta pri nadležnoj Policijskoj upravi (PU Zagrebačka: Petrinjska 30, Heintelova 98, Ilica 245 ili Trg narodne zaštite). Imate li e Osobnu iskaznicu s identifikacijskim i potpisnim certifikatom i preko sustava e-Građani možete podnijeti zahtjev za prijavu boravišta te u sklopu istog sustava putem usluge e-Usluge MUP-a dobiti elektronički zapis uvjerenja o prijavljenom boravištu.

Nakon IZVRŠENE PROMJENE stvorit će se uvjeti za promjenu izabranog liječnika i prije isteka roka od godine dana od posljednjeg provedenog izbora.

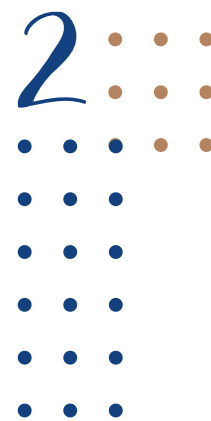
STUDENTIMA KOJI SU SMJEŠTENI U STUDENTSKA DOMOVA STUDENTSKOG CENTRA U ZAGREBU PRILIKOM USELJENJA AUTOMATSKI SE PRIJAVLJUJE BORAVAK U MUP-U, A POTVRDU O PRIJAVI MOGU DOBITI NA BLAGAJNI STUDENTSKOG DOMA.



IPAK OSIGURANA OSOBA KOJA BORAVI PRIVREMENO IZVAN MJESTA PREBIVALIŠTA, ODNOSNO BORAVIŠTA, SUKLADNO ODREDBI ČLANKA 20. STAVKA 2. PRAVILNIKA O UVJETIMA I NAČINU OSTVARIVANJA PRAVA IZ OBVEZNOG ZDRAVSTVENOG OSIGURANJA („NARODNE NOVINE“ BROJ: 49/14, 51/14, 11/15, 17/15, 123/16, 129/17, 9/21. I 90/22.), IMA PRAVO U SLUČAJU NPR. TRAUME, AKUTNE UPALE I ZARAZNE BOLESTI, AKUTNOG POREMEĆAJA KOJI ZAHTIJEVA TERAPIJSKO ZBRINJAVANJE I SL. KORISTITI PRIMARNU ZDRAVSTVENU ZAŠTITU KOD BILO KOJEG UGOVORNOG LIJEČNIKA PRIMARNE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE U MJESTU PRIVREMENOG BORAVIŠTA (A NE SAMO SLUŽBAMA ZA HITNU ZDRAVSTVENU ZAŠTITU), U ISTOM OPSEGU KAO I KOD SVOG IZABRANOG LIJEČNIKA PRIMARNE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE (NPR. LIJEKOVE PROPISANE NA e-RECEPT I PRIMARNU LABORATORIJSKU DIJAGNOSTIKU PROPISANU NA e-UPUTNICU ZA PRIMARNI LABORATORIJ).



ADRESAR ZDRAVSTVENIH USTANOVA



Zdravstvene ustanove u kojima također možete potražiti pomoć u slučaju neodloživog zdravstvenog problem:

OPĆE ZDRAVLJE

NASTAVNI ZAVOD ZA HITNU MEDICINU GRADA ZAGREBA - Ambulanta izvanbolničke hitne medicinske službe



HEINZELOVA ULICA 88, ZAGREB
Ulaz za pacijente: Radnička cesta 69



01 6302911



0-24



hitna@hitnazg.hr



OPĆE ZDRAVLJE

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR ZAGREB - REBRO

Objedinjeni hitni bolnički prijam KBC-a Zagreb djeluje kao centralni hitni prijam koji objedinjuje **sve medicinske specijalnosti** osim hitne psihijatrije (uključujući i oftalmologiju i otorinolaringologiju).

 KIŠPATIČEVA ULICA 12, ZAGREB

 01 2367415


 0-24

 kbc-zagreb@kbc-zagreb.hr

Hitna **ginekološka** pomoć:
Klinika za ženske bolesti i porode - AMBULANTA
ZA HITNU GINEKOLOGIJU

 PETROVA ULICA 13, ZAGREB

 01 4604619
01 4604646 (centrala)

 0-24



OPĆE ZDRAVLJE

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR SESTRE MILOSRDNICE

Objedinjeni hitni bolnički prijam za specijalističke
grane medicine: **interna, kirurgija, neurologija,**
psihijatrija



VINOGRADSKA CESTA 29, ZAGREB



01 3787910

01 3787930 (pon-pet 8-20)



0-24



chp@kbcsm.hr



Hitna **traumatološka** pomoć:

KLINIKA ZA TRAUMATOLOGIJU - POLIKLINIKA S HITNIM
PRIJAMOM I GIPSAONOM



DRAŠKOVIĆEVA ULICA 19, ZAGREB



01 4697143

01 4697000



0-24

OPĆE ZDRAVLJE



KLINIČKA BOLNICA DUBRAVA

Objedinjeni hitni bolnički prijam za specijalističke grane medicine: **interna, opća kirurgija, maksilofacijalna kirurgija, neurokirurgija, urologija i neurologija**



AVENIJA G. ŠUŠKA 6, ZAGREB
(glavna zgrada, podrum)



01 2902444



0-24

Brojevi telefona pojedinih hitnih specijalističkih ambulanti:

INTERNISTIČKA I NEUROLOŠKA:



01 2903198

KIRURŠKA, MAKSILOFACIJALNA I NEUROKIRURŠKA:



01 2903065

OPĆE ZDRAVLJE

KLINIČKA BOLNICA "SVETI DUH"

Središnji hitni prijam za specijalističke grane medicine: **interna, kirurgija, neurologija i urologija**

 SVETI DUH 64, ZAGREB

 01 37094000

 0-24

 hitna@kbsd.hr



Hitni prijam za specijalističke grane neobuhvaćene Središnjim hitnim prijmom:

Hitna **GINEKOLOŠKA** ambulanta Klinike za ginekologiju i porodništvo:

 01 3712327

Hitna **OFTALMOLOŠKA** ambulanta Klinike za očne bolesti:

 01 3712394

Hitna **OTORINOLARINGOLOŠKA** ambulanta Klinike za otorinolaringologiju i kirurgiju glave i vrata:

 01 3712043

OPĆE ZDRAVLJE

KLINIČKA BOLNICA MERKUR



ZAJČEVA 19, ZAGREB



01 2431390



0-24

Hitne specijalističke ambulante:

Hitna **INTERNISTIČKA** ambulanta Poliklinike
Klinike za unutarnje bolesti



01 2253232

01 2253233

Hitna **KIRURŠKA** ambulanta Klinike za kirurgiju



01 2253331

Hitna **OTORINOLARINGOLOŠKA** ambulanta Zavoda za
otorinolarinologiju



01 2253244

Hitna **UROLOŠKA** ambulanta Odjela za urologiju



01 2253128 (08:00-15:00)

01 2253331 (15:00-08:00)

Hitna trijažna ambulanta SVEUČILIŠNE KLINIKE ZA
DIJABETES, ENDOKRINOLOGIJU I BOLESTI
MATABOLIZMA VUK VRHOVAC



DUGI DOL 4A, ZAGREB



01 2353800

OPĆE ZDRAVLJE

KLINIKA ZA INFEKTIVNE BOLESTI "DR. FRAN MIHALJEVIĆ"

Odjel za hitan prijam bolesnika



MIROGOJSKA 8, ZAGREB



01 2826210



0-24

Ukoliko specijalist infektologije tako procjeni hematološke, biokemijske laboratorijske pretrage te radiološka snimanja obavljaju se od 0-24 sata

SPECIJALNA BOLNICA ZA PLUĆNE BOLESTI

Hitna ambulanta



NEMETOVA 2, ZAGREB



01 4684400



0-24



OPĆE ZDRAVLJE

POSEBNA DEŽURSTVA OBITELJSKE (OPĆE) MEDICINE



subotom
15-20 sati
nedjeljom, praznikom i blagdanom
8-20sati

DOM ZDRAVLJA ZAGREB - CENTAR



RUNJANINOVA 4, ZAGREB-CENTAR
AV. V. HOLJEVCA 22, NOVI ZAGREB



dzz-centar.hr

DOM ZDRAVLJA ZAGREB - ISTOK



GRIŽANSKA 4, ZAGREB-DUBRAVA
IVANIĆGRADSKA 38, ZAGREB-PEŠČENICA
NINSKA ULICA 16, ZAGREB-SESVETE



dzz-istok.hr

DOM ZDRAVLJA ZAGREB - ZAPAD



PRILAZ BARUNA FILIPOVIĆA 11, ZAGREB
PARK STARA TREŠNJEVKA 4, ZAGREB



dzz-zapad.hr

MENTALNO ZDRAVLJE



KLINIKA ZA PSIHIJATRIJU VRAPČE



BOLNIČKA CESTA 32, ZAGREB



01 3780666



0-24



bolnica@bolnica-vrapce.hr

KLINIKA ZA PSIHIJATRIJU SVETI IVAN



JANKOMIR 11, ZAGREB



01 3430000



0-24



pbsvi@pbsvi.hr

MENTALNO ZDRAVLJE

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR SESTRE MILOSRDNICE

Objedinjeni hitni bolnički prijam za
specijalističke grane medicine: interna, kirurgija,
neurologija, **psihijatrija**



VINOGRADSKA CESTA 29, ZAGREB



01 3787910

01 3787930 (pon-pet 8-20)



0-24



chp@kbcsm.hr

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR ZAGREB - REBRO

Ambulanta za hitnu psihijatriju s opservacijom



KIŠPATIČEVA ULICA 12, Zagreb



01 2367404



0-24



DENTALNO ZDRAVLJE



HITNA STOMATOLOŠKA SLUŽBA



RADNI DAN (PON - PET)

22:00 - 6:00

SUBOTA

15:00-20:00 i 22:00-6:00

NEDJELJA, PRAZNIK I BLAGDAN

0-24



RUNJANINIVA ULICA 4, ZAGREB



01 4897688



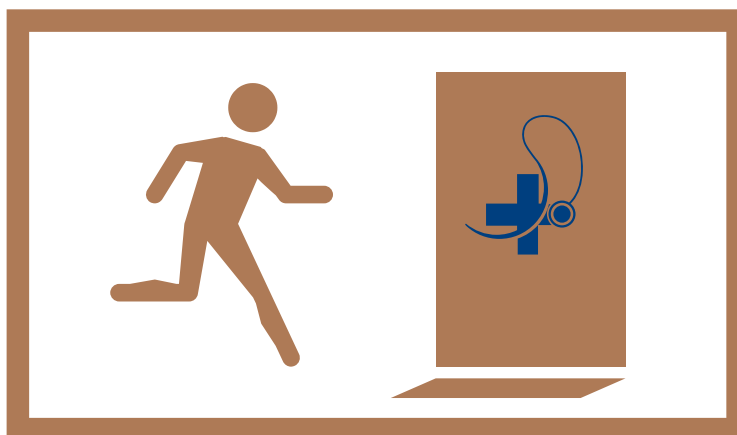
AVENIJA V. HOLJEVCA 22, ZAGREB



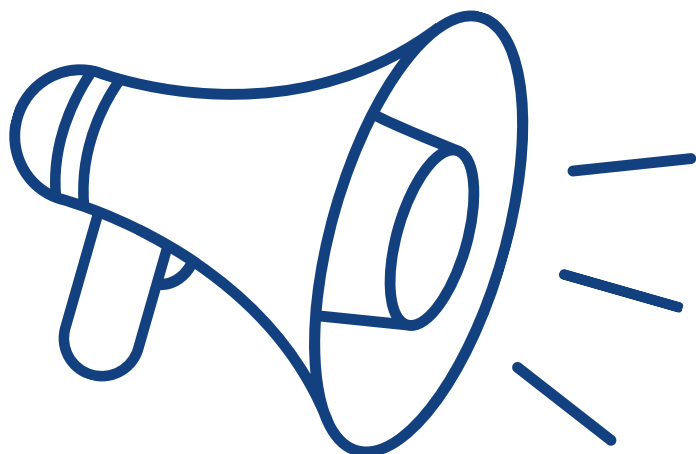
01 6598444

OBJEDINJENI HITNI BOLNIČKI PRIJAM

Ova ustrojbeno jedinica bolnice funkcionira kao središnje mjesto prijma hitnih pacijenata bez obzira na uputnu dijagnozu. Odmah pri dolasku procesom **trijaže** pacijent se, prema procjeni njegovog trenutnom kliničkom stanja, svrstava u određenu **kategoriju hitnosti**.

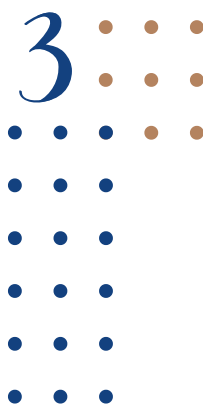


Trijažom se određuje prioritet zbrinjavanja i procjenjuje dozvoljeno i očekivano vrijeme čekanja na početak liječenja.



**PRIJAM
PACIJENATA
OVISI O
TRIAŽNOJ
KATEGORIJI
PACIJENTA,
A NE O
REDOSLIJEDU
DOLASKA NA
HITNI
PRIJAM!**

SPECIFIČNE I PREVENTIVNE MJERE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE STUDENATA



NASTAVNI
ZAVOD ZA
JAVNO
ZDRAVSTVO
DR. ANDRIJA
ŠTAMPAR

SLUŽBA ZA ŠKOLSKU I ADOLESCENTNU MEDICINU



MIROGOJSKA CESTA 16, ZAGREB

Program mjera specifične zdravstvene zaštite za studente koji studiraju u redovitom statusu (redoviti studenti):

1. Sistematski pregled na prvoj godini

Provodi se u svrhu kontrole zdravstvenog stanja, uvida u navike i ponašanja, prilagodbe na studij te utvrđivanja zdravstvenih rizika. Sistematski pregled sadrži uz fizikalni pregled (štitnjača, dojke, srce, lokomotorni sustav, vanjsko spolovilo muškaraca, oštrina vida, vid na boje, RR, TV, TT, ITM), zdravstvenu (osobnu i obiteljsku) i socijalnu anamnezu.

Obavezni dio sistematskog pregleda je anketa o navikama (prehrana, tjelesna aktivnost, pušenje, alkohol, droge) i spolnom ponašanju.

2. Pregled prije prijema u studentski dom

Pregled se provodi u svrhu utvrđivanja zdravstvenih rizika za boravak u kolektivu temeljem Zakona o zaštiti pučanstva od zaraznih bolesti. Sastoji se od zdravstvene (osobne i obiteljske) i socijalne anamneze- ciljano na tuberkulozu i ostale zarazne bolesti i fizikalnog pregleda. Studenti trebaju ponijeti na pregled iskaznicu cijepljenja.

3. Timski rad sa studentima s posebnim potrebama za kolegij tjelesne i zdravstvene kulture

Početak svakog semestra suradnjom nadležnog liječnika fakulteta i nastavnika tjelesne i zdravstvene kulture utvrđuje se program tjelesne i zdravstvene kulture za studente sa zdravstvenim teškoćama.

4. Savjetovanišni rad

Svrha savjetovanišnog rada je pomoć studentima u rješavanju najznačajnijih i najčešćih problema vezano uz: prilagodbu na fakultet, probleme učenja, reproduktivnog zdravlja (spolno prenosive bolesti, trudnoće i planiranje obitelji), kroničnih poremećaja zdravlja, zlouporabe psihoaktivnih droga i drugih oblika ovisnosti.

5. Posebni programi praćenja studenata sa zdravstvenim rizicima, rizičnim ponašanjima i kroničnim poremećajima zdravlja

6. Namjenski pregledi i izdavanje liječničkih potvrda i mišljenja na zahtjev studenata:


- u svrhu utvrđivanja zdravstvenih razloga za mirovanje studentskih obaveza
- za smještaj u jednokrevetnoj sobi u studentskom domu iz zdravstvenih razloga
- za ostvarivanje prava na prilagodbu nastavnog procesa i polaganje ispita u suradnji s Uredom za studente s invaliditetom Sveučilišta u Zagrebu

7. Zdravstveni odgoj

Provodi se integrirano uz sistematske preglede i probire ili kao zasebna aktivnost. Metode rada su: predavanja, rad u malim skupinama, individualni rad i tribine.

* Nakon pregleda, smatraju li potrebnim, specijalisti školske i adolescentne medicine mogu zatražiti primarnu laboratorijsku dijagnostičku obradu i dijagnostičku obradu na sekundarnoj razini zdravstvene zaštite.

Za sve dodatne informacije i dogovore oko termina pregleda ili savjetovanja obratite se elektroničkom poštom ili telefonskim pozivom liječniku Službe za školsku i adolescentnu medicinu nadležnom za fakultet na kojem studirate. Popis nadležnosti i sve podatke o timovima koji skrbe o studentima (imena i prezimena djelatnika tima, adresa i telefonski broj ordinacije, radno vrijeme i adrese elektroničke pošte djelatnika) potražite na mrežnoj stranici NASTAVNOG ZAVODA ZA JAVNO ZDRAVSTVO DR. ANDRIJA ŠTAMPAR.



NZJZ DR. ANDRIJA
ŠTAMPAR/
O ZAVODU/
USTROJ ZAVODA/
SLUŽBE ZAVODA/
SLUŽBA ZA
ŠKOLSKU I
ADOLESCENTNU
MEDICINU/
O SLUŽBI/
RASPORED RADA
ŠKOLSKIH
AMBULANTI

Odjel za razvoj preventivnih programa Službe za školsku i adolescentnu medicinu provodi programe Savjetovališta za reproduktivno zdravlje, poremećaje prehrane te teškoće adaptacije, uz potpunu diskreciju. Savjetovališta rade u poslijepodnevnim satima na adresi Mirogojska cesta 16 (soba 6), uputnica nije potrebna i sve su usluge besplatne.

SAVJETOVALIŠTE ZA ZAŠTITU REPRODUKTIVNOGA ZDRAVLJA MLADIH

Spolno ste aktivne, a nikada niste bile na ginekološkom pregledu, imate tegobe u anogenitalnom i/ili urogenitalnom području, želite se testirati na spolno prenosive bolesti, sumnjate na izraslinu na testisu, trebate savjet o kontracepciji ili hitnu postkoitalnu kontracepciju itd.; o svemu ovome savjet i pomoć možete zatražiti u navedenom Savjetovalištu te putem maila (skolska@stampar.hr).

Naručite se:

☎ 01 4696281
ili

✉ skolska@stampar.hr
(za ginekološki pregled putem aplikacije **Terminko.hr**)

🕒 15:00-20:00 sati

✉ ponedjeljkom i utorkom u Centru za zdravlje mladih, Heinzelova 62a četvrtkom Mirogojska cesta 16



SAVJETOVALIŠTE ZA POTEŠKOĆE UČENJA I PRILAGODBE

Trebate li savjet ili pomoć u razrješavanju npr. problema u svladavanju školskih obveza, prilagodbe na okolinu i situacije, prevladavanju stresnih događaja ili zabrinutosti zatražite je u navedenom Savjetovalištu dolaskom, telefonom ili mailom.

Naručite se:

☎ 01 4696281
ili

✉ skolska@stampar.hr

**NASTAVNI
ZAVOD ZA
JAVNO
ZDRAVSTVO
DR. ANDRIJA
ŠTAMPAR**

SLUŽBA ZA JAVNO ZDRAVSTVO



MIROGOJSKA CESTA 16, ZAGREB

ODJEL ZA PROMICANJE ZDRAVLJA aktivnosti prevencije bolesti provodi kroz savjetovanišni rad i izradu individualiziranih programa.

NUTRICIONISTIČKO SAVJETOVALIŠTE

U ovom Savjetovalištu možete dobiti ciljne informacije o prehrani, prehrambenom statusu te savjet i pomoć u nastojanju da promijenite prehrambene navike.

Naručite se:

 01 4696168, 01 4696118
(od 9:00 do 13:00 sati) ili


 preventivna.medicina@stampar.hr

 utorkom, četvrtkom i petkom
od 10:00 do 13:00 sati

SAVJETOVALIŠTE ZA ZDRAVSTVENO USMJERENU TJELESNU AKTIVNOST

Nudi analizu tjelesnog sastava, kao i savjetovanje o primjerenom sadržaju i razini (individualno određivanje učestalosti, trajanja i intenziteta) tjelesne aktivnosti obzirom na zdravstveno stanje, dob i preferencije.

Naručite se:

 01 4696168, 01 4696118
(od 9:00 do 13:00 sati) ili

 preventivna.medicina@stampar.hr

 radnim danom
od 10:00 do 13:00 sati

EDUKACIJSKO - REHABILITACIJSKO SAVJETOVALIŠTE

provodi individualno savjetovanje i izradu plana podrške te intervencije za pojedine korisnike (prema potrebi provodi i online savjetovanja i edukaciju) s ciljem unaprjeđenja i/ili zadržavanja funkcionalnih sposobnosti i razvoja individualnih potencijala, stjecanja akademskih, socijalnih, životnih znanja i vještina, profesionalnog osposobljavanja/rehabilitacije, unaprjeđenja životnog okruženja, mentalnog zdravlja i kvalitete života.

Naručite se:

 01 4696 332
(od 9:00 do 13 sati)
ili

 marija.skes@stampar.hr

 od ponedjeljka do četvrtka
od 10:00 do 14:00 sati

*petkom se savjetovanje obavlja u Savjetovalištu za mlade s invaliditetom Centra za zdravlje mladih, Heinzelova 62a

**NASTAVNI
ZAVOD ZA
JAVNO
ZDRAVSTVO
DR. ANDRIJA
ŠTAMPAR**

SLUŽBA ZA MENTALNO ZDRAVLJE I PREVENCIJU OVISNOSTI



MIROGOJSKA CESTA 16, ZAGREB

Dijagnostika, liječenje i rehabilitacija svih oblika ovisnosti; prevencija i rano otkrivanje, dijagnostika i tretmani psihičkih poremećaja te očuvanje mentalnog zdravlja u zajednici djelatnosti su ove službe koje se provode kroz Odjel za prevenciju ovisnosti te tri Centra.

CENTAR ZA MENTALNO ZDRAVLJE DJECE I MLADIH

-prevencija i rano otkrivanje svih psihičkih poremećaja te dijagnostika, liječenje i rehabilitacija svih oblika ovisnosti osoba od 12 do 25 godina i mjere očuvanja mentalnog zdravlja u zajednici



**Hirčeva 1
01 6468340**



**ponedjeljkom i srijedom
od 12:00 do 20:00 sati
utorkom, četvrtkom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati**



**Remetinečki gaj 14
01 3830088**



**ponedjeljkom, srijedom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati
utorkom i četvrtkom
od 12:00 do 20:00 sati**



**Mirogojska cesta 11
01 3830066**



**ponedjeljkom, srijedom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati
utorkom i četvrtkom
od 12:00 do 20:00 sati**

ODJEL ZA PREVENCIJU OVISNOSTI

- dijagnostika, liječenje i
rehabilitacija svih oblika
ovisnosti

 Mirogojska cesta 11

 01/ 383 00 66



ponedjeljkom, srijedom,
petkom
od 8.00 do 16.00 sati
utorkom, četvrtkom
od 12.00 do 20.00 sati

CENTAR ZA MENTALNO ZDRAVLJE ODRASLIH

-prevencija i rano otkrivanje svih psihičkih
poremećaja osoba od 26 do 64 godina te
mjere očuvanja mentalnog zdravlja u
zajednici

 Hirčeva 1

 01 6468340



ponedjeljkom i srijedom
od 12:00 do 20:00 sati
utorkom, četvrtkom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati

 Remetinečki gaj 14

 01 3830088



ponedjeljkom, srijedom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati
utorkom i četvrtkom
od 12:00 do 20:00 sati

 Mirogojska cesta 11

 01 3830066



ponedjeljkom, srijedom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati
utorkom i četvrtkom
od 12:00 do 20:00 sati

 Ožegovićeveva 9

 01 6414030



ponedjeljkom i srijedom
od 12:00 do 20:00 sati
utorkom, četvrtkom i petkom
od 8:00 do 16:00 sati

**HRVATSKI
ZAVOD ZA
JAVNO
ZDRAVSTVO**

SLUŽBA ZA PROMICANJE ZDRAVLJA



ROCKEFELLEROVA 12, ZAGREB

Odjel za promicanje tjelesnog zdravlja

SAVJETOVALIŠTE ZA PRAVILNU PREHRANU I TJELESNU AKTIVNOST

-usluge besplatnog savjetovanja o pravilnoj prehrani i tjelesnoj aktivnosti i pomoć pri regulaciji tjelesne mase

Naručite se:

 01 4863267 ili

 savjetovalista@hzjz.hr

 ponedjeljkom
od 9:00 do 12:00 sati

Odjel za promicanje
spolnog zdravlja

SAVJETOVALIŠTE ZA PROMICANJE SPOLNOG ZDRAVLJA

-usluge besplatnog individualnog savjetovanja o spolnom zdravlju, odgovornom spolnom ponašanju, spolno prenosivim infekcijama, savjetovanje o cijepljenju i cijepljenje protiv hepatitisa B i HPV-a, anonimno i besplatno testiranje na HIV, hepatitis B i/ili C i sifilis korisnika koji su u riziku od te infekcije, informiranje i pomoć pri upućivanju na daljnje pretrage, liječenje i podršku, dijeljenje edukativno-informativnog materijala i kondoma. Mogućnost telefonskog savjetovanja ili na daljinu.

 01 4863345

 savjetovalista@hzjz.hr

 utorkom
od 11:00 do 15:00 sati
četvrtkom
od 15:00 do 19:00 sati
*prijam korisnika do 18:30

Odjel za promicanje mentalnog zdravlja


SAVJETOVALIŠTE ZA MENTALNO ZDRAVLJE

-usluge besplatne psihoedukacije, psihološke prve pomoći, kratke savjetodavne intervencije, procjenu rizika te izradu plana upućivanja na daljnji tretman

Naručite se:

 01 4863363 ili

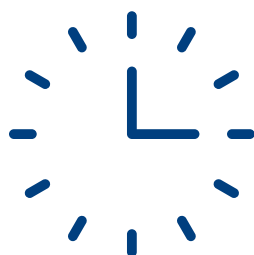
 savjetovalista@hzjz.hr

 srijedom
15:00 do 19:00 sati

**HRVATSKI
ZAVOD ZA
JAVNO
ZDRAVSTVO**

**NACIONALNA INFO LINIJA
ZA OVISNOSTI**

TREBATE LI POMOĆ ZBOG PROBLEMA S DROGOM, ALKOHOLOM, KOCKANJEM, IGRANJEM VIDEO IGRICA ILI PREKOMJERNIM TROŠENJEM VREMENA NA INTERNETU PREKO OVE INFO LINIJE DOBIT ĆETE POTREBNE I PROVJERENE INFORMACIJE O USTANOVAMA I ORGANIZACIJAMA KOJIMA SE MOŽETE OBRATITI, NJIHOVE KONTAKTE TE INFORMACIJE O USLUGAMA KOJE PROVODE.

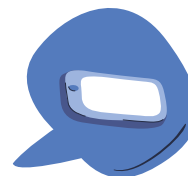


RADNIM DANOM OD 9:00 DO 16:00 SATI



pozivom na besplatni broj **0800 2000 70**

pozivom ili slanjem SMS, WhatsApp ili Viber poruka na broj **091 4683 070**
(sukladno cjeniku ugovorenog mobilnog operatera)



elektroničkom poštom na adresu **ovisnosti@hzjz.hr**

**CENTAR ZA
ZDRAVLJE
MLADIH -
CZM**



ULICA VJEKOSLAVA
HEINZELA 62/A, ZAGREB



01 6468333

Savjetovanište za
prevenciju HPV-a i
ostalih spolno
prenosivih infekcija
(SPI) te očuvanje
reproduktivnog
zdravlja
adolescenata

Savjetovanište za
mentalno
zdravlje

Ginekološka
ambulanta i
savjetovanište

**CENTAR
ZA
ZDRAVLJE
MLADIH -
CZM**

Savjetovanište
za poremećaje
prehrane
školske djece
i studenata

Centar za zaštitu
spolnog i
reproduktivnog
zdravlja

Savjetovanište za
mlade s
invaliditetom



SAVJETOVALIŠTE ZA PREVENCIJU HPV-A I OSTALIH SPOLNO PRENOSIVIH INFEKCIJA (SPI) TE OČUVANJE REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA ADOLESCENATA

U prostorima CZM dostupno je cijepljenje mladih do 25. godine starosti protiv HPV-a, besplatno i bez uputnice, uz prethodno naručivanje.

Naručite se:



putem aplikacije **Terminko.hr**
www.terminko.hr



cijepljenje se provodi svakoga ponedjeljka
od 15:30 do 18:30 sati.



GINEKOLOŠKA AMBULANTA I SAVJETOVALIŠTE

Program preventivnih ginekoloških pregleda i savjetovanja, namijenjen je djevojkama i ženama do 29 godina koje nemaju izabranog ginekologa ili žive izvan svog mjesta prebivališta. Besplatno i bez uputnice, uz prethodno naručivanje na raspolaganju su:

- savjetovanje o odgovornom spolnom ponašanju
- preventivni i interventni ginekološki pregled
- citološka obrada (papa test)
- dijagnostika spolno-prenosivih infekcija
- rad s parovima – vještine komuniciranja, metode samopomoći, razvoj tolerancije.

Naručite se:



putem aplikacije **Terminko.hr**
www.terminko.hr



radno vrijeme ginekologa je ponedjeljkom i
utorkom od 15:00 do 20:00 sati



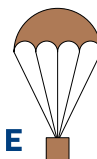
CENTAR ZA ZAŠTITU SPOLNOG I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA


Sinergijom institucionalnog zdravstvenog sustava i društvene zajednice nastao je centar sa svrhom prevencije bolesti i promicanja zdravih stilova života, prevencije rizičnih spolnih ponašanja i očuvanja spolnog i reproduktivnog zdravlja.

Bez uputnice i potpuno besplatno, uz potpunu diskreciju, ovdje možete dobiti savjetovanje i podršku u zaštiti spolnog i reproduktivnog zdravlja, brzo i pouzdano testiranje na spolno prenosive infekcije i bolesti te psihosocijalnu podršku i povezivanje sa sustavnom skrbi i liječenja.

Savjetovanje i/ili testiranje na spolno prenosive bolesti možete obaviti:

BEZ NAJAVE



 utorkom i četvrtkom od 10:00-14:00 sati
 na adresi Centra za zdravlje mladih,
Heinzlova 62a

ILI



REZERVIRAJTE PRIVATNI TERMIN

 pozivom na telefonski broj 091 63337733 ponedjeljkom, srijedom i petkom od 9:00 do 15:00 sati

 testiranje i telefonsko savjetovanje se vrši ponedjeljkom, srijedom i petkom od 16:00 do 19:30 sati

 u CheckPoint centru Zagreb, Domagojeva 10, u vrijeme dogovorenog termina

* Savjetovanje je dostupno i elektroničkom poštom na adresi **pitaj@huhiv.hr**, u rubrici „Pitaj stručnjaka“ u mobilnoj aplikaciji Spolno zdravlje ili svakim radnim danom od 9:00 do 15:00 sati telefonski na 0800 448767 i 091 633



Kako biste saznali gdje još možete obaviti testiranja koristite **Tražilicu zdravstvenih usluga za mlade** koju možete pronaći u **aplikaciji Spolno zdravlje**, a dostupna je i na poveznici <https://spolnozdravlje.hr/trazilica/pretrazi>



SAVJETOVALIŠTE ZA MENTALNO ZDRAVLJE

Cilj Centra za zdravlje mladih je pristup koji olakšava mladima traženje pomoći, kroz preventivne aktivnosti i radionice te terapijski rad stručnjaka na različitim teškoćama iz područja mentalnog zdravlja, prilagodbe i snalaženja s životnim, obiteljskim, vršnjačkim, školskim i drugim problemima.

Svoj termin za inicijalni razgovor s psihologom (besplatno i bez uputnice) možete dogovoriti:



elektroničkom poštom na adresu **info@czm.hr**

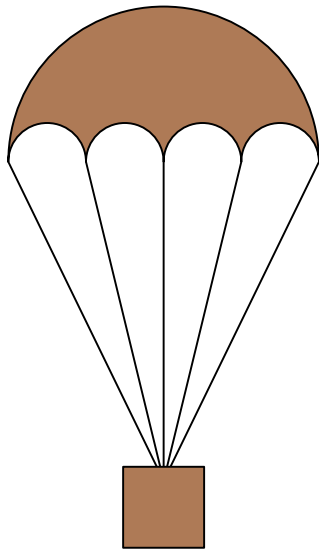
ili



telefonskim pozivom na 01 6468 333

Savjetovalište radi:

 ponedjeljkom i srijedom od 12:00 do 20:00 sati
utorkom, četvrtkom i petkom od 8:00 do 16:00 sati



DROP- IN SAVJETOVANJE

(savjetovanje bez najave) dostupno je:

 utorkom od 9:00 do 11:30 sati
srijedom od 17:00 do 20:00 sati

*djelatnici Savjetovališta mole da dolazak bude najkasnije 30 minuta prije kraja termina



SAVJETOVALIŠTE ZA POREMEĆAJE PREHRANE ŠKOLSKE DJECE I STUDENATA

Savjetovanje uključuje metode bihevioralno - kognitivne, realitetne i psihoanalitičke terapije s naglaskom na opće preventivne mjere, detaljno upoznavanje obiteljske anamneze i okolišnih čimbenika te individualnih potreba svakog korisnika usluga Savjetovališta. Poseban naglasak je na poticanju odgovornog odnosa i ponašanja prema vlastitom zdravlju i njegovu očuvanju, ali i pružanje konkretnih savjeta o prehrani te izrada individualnih smjernica i jelovnika.

U Savjetovalištu za poremećaje prehrane radi liječnik specijalist školske medicine, nutricionist (Sanja Jelušić, sanja.jelusic@stampar.hr) i kineziolog (Hrvoje Radašević, hrvoje.radasevic@stampar.hr).

Naručite se:



elektroničkom poštom na adresu **savjet-mladi@stampar.hr**



srijedom od 11:00 do 15:00 sati



SAVJETOVALIŠTE ZA MLADE S INVALIDITETOM

Program se provodi kroz individualno savjetovanje i izradu plana podrške te intervencije za pojedine korisnike. Sukladno epidemiološkoj situaciji i važećim preporukama prema potrebi moguće je online provedba savjetovanja i edukacije.

Savjetovanje uključuje edukacijsko-rehabilitacijske postupke prema pojedincima, obiteljima i skupinama s ciljem unaprjeđenja i/ili zadržavanja funkcionalnih sposobnosti i razvoja individualnih potencijala, stjecanja akademskih, socijalnih, životnih znanja i vještina, profesionalnog osposobljavanja/rehabilitacije, unaprjeđenja životnog okruženja, mentalnog zdravlja i kvalitete života.

Svoj termin za inicijalni razgovor s magistrom edukacijske rehabilitacije (besplatno i bez uputnice) možete dogovoriti:



elektroničkom poštom na adresu **savjet-mladi@czm.hr** ili **marija.skes@stampar.hr**

ili



telefonskim pozivom na 01 6468333



petkom od 8:00 do 15:00 sati



ZDRAVSTVENO OSIGURANJE





OBVEZNO ZDRAVSTVENO OSIGURANJE

Prema **Zakonu o obveznom zdravstvenom osiguranju redoviti studenti** visokih učilišta stariji od 18 godina života

koji su državljani Republike Hrvatske i imaju prebivalište ili boravište u Republici Hrvatskoj,

odnosno koji su državljani Republike Hrvatske s prebivalištem u drugoj državi članici koji u Republici Hrvatskoj imaju boravište, pod uvjetom da nisu obvezno zdravstveno osigurani u drugoj državi članici,

te stranci s odobrenim stalnim boravkom ili dugotrajnim boravištem u Republici Hrvatskoj,

stječu status osiguranika,

s tim da status osiguranika po toj osnovi mogu koristiti najduže do isteka školske godine, odnosno završetka akademske godine u kojoj su završili redovito školovanje, a najduže u trajanju od ukupno osam godina po toj osnovi, ako obvezno zdravstveno osiguranje ne ostvaruju po drugoj osnovi.



Prema **Zakonu o obveznom zdravstvenom osiguranju** osiguranici su i **redoviti studenti visokih učilišta u drugim državama članicama** stariji od 18 godina života

koji su državljani Republike Hrvatske i imaju prebivalište u Republici Hrvatskoj

te stranci s odobrenim stalnim boravkom ili dugotrajnim boravištem u Republici Hrvatskoj,

s tim da status osiguranika po toj osnovi mogu koristiti najduže do isteka školske godine, odnosno završetka akademske godine u kojoj su završili redovito školovanje prema propisima države školovanja, a najduže u trajanju od ukupno osam godina po toj osnovi, ako obvezno zdravstveno osiguranje ne ostvaruju po drugoj osnovi.

HZZO-u su dostupni podaci iz Informacijskog sustava studentskih prava (ISSP) e-Matice tako da je za akademsku godinu 2023./2024. izvršena automatska prijava redovitih studenata (hrvatskih državljana s prebivalištem, odnosno boravištem u RH) na obvezno i dopunsko zdravstveno osiguranje.


Automatska prijava provedena je isključivo za one redovite studente koji imaju regulirana studentska prava u ISSP-u za akademsku godinu 2023./2024. i imaju matične podatke koji odgovaraju podacima evidentiranim u registrima HZZO-a te u OIB sustavu.

Provjera statusa u obveznom i dopunskom osiguranju dostupna je na službenoj stranici HZZO-a, www.hzzo.hr

Redovitim studentima koji imaju otvoreni osobni korisnički pretinac u sustavu e-Građani, HZZO šalje obavijest o reguliranom statusu u obveznom i dopunskom osiguranju.

Svi ostali redoviti studenti, za koje automatska prijava nije bila moguća zbog nepodudarnosti matičnih podataka koji se vode u registrima HZZO-a te u OIB sustavu, kao i redoviti studenti koji su strani državljani s odobrenim stalnim boravkom u RH, morat će se radi reguliranja obveznog i dopunskog zdravstvenog osiguranja obratiti najbližoj ustrojstvenoj jedinici HZZO-a uz predočenje dokaza o prebivalištu, boravištu, odnosno odobrenom stalnom boravku u RH (uvjerenje MUP-a ili osobna iskaznica) te dokaza o redovitom školovanju.


HZZO




Obvezno se osiguravaju i stječu status osiguranika i osobe s prebivalištem, odobrenim stalnim boravkom ili dugotrajnim boravištem u Republici Hrvatskoj, koje nisu obvezno zdravstveno osigurane po drugoj osnovi i **koje su se prijavile HZZO-u u roku od 30 dana od dana isteka akademske godine u kojoj su završile redovito školovanje** prema propisima o redovitom školovanju u RH ili drugoj državi članici **odnosno položenog završnog ispita**.

Ako ste na ovaj način stekli status osiguranika, a ne prijavom na Hrvatski zavod za zapošljavanje kao nezaposlena osoba, obvezni ste **jednom u tri mjeseca osobno pristupiti HZZO-u** radi provjere okolnosti na temelju kojih vam je status u obveznom zdravstvenom osiguranju utvrđen.

Ako vam je izvan završne akademske godine ostao završni ispit onda se možete prijaviti HZZO-u u roku od 30 dana od datuma ispita ako želite po ovoj osnovi steći status osiguranika.



Osobe s prebivalištem, odobrenim stalnim boravkom ili dugotrajnim boravištem u Republici Hrvatskoj starije od 18 godina života koje su prema propisima o redovitom školovanju u Republici Hrvatskoj ili u drugoj državi članici **izgubile status redovitog studenta**, ostvaruju status u obveznom zdravstvenom osiguranju ako se **prijave HZZO-u u roku od 30 dana** od dana gubitka statusa redovitog studenta, ako obvezno zdravstveno osiguranje ne mogu ostvariti po drugoj osnovi.



Ukoliko student upiše **mirovanje studentskih prava i obveza** u akademskoj godini, mora se, kako bi stekao status u obveznom zdravstvenom osiguranju, prijaviti Hrvatskom zavodu za zdravstveno osiguranje u roku od 30 dana.

Nezaposleni izvanredni studenti imaju pravo na obvezno zdravstveno osiguranje ako se prijave na Hrvatski zavod za zapošljavanje.

**Pravo na zdravstvenu zaštitu iz
OBVEZNOGA zdravstvenog osiguranja
obuhvaća pravo na:**

- primarnu zdravstvenu zaštitu
- specijalističko-konzilijarnu zdravstvenu zaštitu
- bolničku zdravstvenu zaštitu
- lijekove koji su utvrđeni osnovnom i dopunskom listom lijekova HZZO-a
- dentalna pomagala koja su utvrđena osnovnom i dodatnom listom dentalnih pomagala HZZO-a
- ortopedska i druga pomagala koja su utvrđena osnovnom i dodatnom listom ortopedskih i drugih pomagala HZZO-a
- zdravstvenu zaštitu u drugim članicama Europske unije, ugovornim i trećim državama



DOPUNSKO ZDRAVSTVENO OSIGURANJE

Studenti koji studiraju u **redovitom statusu** (redoviti studenti) imaju pravo na plaćanje premije dopunskog zdravstvenog osiguranja **iz Državnog proračuna**. Ugovor se sklapa između osigurane osobe (studenta) i **Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje**.

Redovitim studentima koji imaju regulirana studentska prava u ISSP-u i imaju matične podatke koji odgovaraju podacima evidentiranim u registrima HZZO-a i u OIB sustavu automatski je izvršena prijava i na dopunsko zdravstveno osiguranje HZZO-a za 2023./2024. akademsku godinu.

Studenti kojima zbog nepodudarnosti matičnih podataka automatska prijava nije bila moguća moraju se obratiti najbližoj ustrojstvenoj jedinici HZZO-a radi reguliranja dopunskog zdravstvenog osiguranja uz obvezno prednošenje dokaza o prebivalištu, boravištu, odnosno odobrenom stalnom boravku u RH (uvjerenje MUP-a ili osobna iskaznica) te dokaza o redovitom školovanju.

Dopunsko zdravstveno osiguranje pruža dopunsku sigurnost za vaše zdravlje, osiguravajući da troškovi liječenja ne budu dodatno opterećenje tijekom vašeg studentskog života.



Ugovor se sklapa na godinu dana, **nakon isteka trajanja osiguravateljnog razdoblja od jedne godine** za osiguranike koji ostvaruju policu na teret sredstava državnog proračuna Republike Hrvatske ugovor / **polica neće biti važeća i za naredno osiguravateljno razdoblje** od jedne godine, **već će se ponovo utvrđivati postojanje uvjeta** za stjecanje rečenog prava. Ove uvjete utvrđuje **HZZO po službenoj dužnosti**, a ukoliko su isti HZZO-u nedostupni, dokaz o ispunjenju uvjeta za policu na teret državnog proračuna dužan je predložiti osiguranik, najkasnije do isteka tekućeg osiguravateljnog razdoblja.



Pravo na policu dopunskog osiguranja stječe se **osnovom potvrde o statusu redovitog studenta**. **Ukoliko ista ne postoji** (zbog promjene statusa studiranja), **student raskida policu na teret državnog proračuna** i ukoliko želi ugovorati novu policu uz plaćanje.

U slučaju da **osoba ima policu uz plaćanje**, a postala je redoviti student tada **na temelju potvrde o statusu redovitog studenta** treba osobno **zatražiti prekid police** uz plaćanje **te izdavanje nove police na teret državnog proračuna** po osnovi statusa redovitog studenta.

Navedeno, se može zatražiti i elektroničkom poštom na **dopunsko-osiguranje@hzzo.hr** uz prilaganje potvrde o statusu redovitog studenta.

Provjerite svoj status u obveznom i dopunskom zdravstvenom osiguranju na službenoj stranici HZZO-a, www.hzzo.hr

Studenti koji **studiraju u izvanrednom** statusu moraju **sami uplaćivati** dopunsko osiguranje, ako pravo na plaćanje premije iz državnog proračuna ne ostvaruju prema zadanim kriterijima kao osobe s invaliditetom, darivatelji dijelova ljudskog tijela ili krvi ili prema prihodovnom cenzusu.

DOPUNSKO zdravstveno osiguranje koje provodi HZZO **pokriva razliku do pune cijene** zdravstvene zaštite iz obveznog zdravstvenog osiguranja. Imate li ovu policu nećete morati nadoknađivati razliku troškova bolničkog liječenja, specijalističkih pregleda i dijagnostike, ortopedskih i drugih pomagala, stomatološke zdravstvene zaštite i protetike i fizikalne rehabilitacije, kada tu zdravstvenu zaštitu koristite temeljem uputnice HZZO-a i u ustanovama koje imaju sklopljen ugovor s HZZO-om. Oslobođeni ste i plaćanja troškova liječenja u inozemstvu koje obavljate temeljem rješenja HZZO-a.




Ako putujete ili boravite u drugim državama članicama Europske unije ili trećim državama, dopunsko osiguranje također može pokrivati troškove liječenja, pod uvjetom da su ispunjeni propisi Europske unije, međunarodni ugovor, Zakon o obveznom zdravstvenom osiguranju i opći akt HZZO-a.



**+ DODATNO
ZDRAVSTVENO
OSIGURANJE**

Dodatno zdravstveno osiguranje pruža vam pristup višem standardu zdravstvenih usluga. Svaki osiguranik ima mogućnost prilagoditi policu dodatnog zdravstvenog osiguranja prema vlastitim potrebama i preferencijama, a ugovara je isključivo kod privatnih osiguravajućih kuća. Na ovaj način brinete o svom zdravlju na brži i prilagođen način, što je posebno važno za studente koji žele efikasno upravljati svojim zdravstvenim potrebama.



Dodatno zdravstveno osiguranje omogućava brz pristup bez uputnice zdravstvenim uslugama kao što su specijalistički pregledi, dijagnostičke pretrage, laboratorijske analize ili sistematski pregledi.

Možete sami odabrati polikliniku ili specijalista koji vam najviše odgovara, bez čekanja na listama.



EUROPSKA KARTICA ZDRAVSTVENOG OSIGURANJA

Kao osigurana osoba kod Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje, imate pravo na **Europsku karticu zdravstvenog osiguranja** koja omogućava korištenje zdravstvenih usluga tijekom privremenog boravka u **zemljama članicama Europske unije, Norveškoj, Islandu, Lihtenštajnu i Švicarskoj.**



Ova kartica omogućava, na teret sredstava HZZO-a, korištenje **nužnih i neodgodivih** (do planiranog povratka u Hrvatsku) **zdravstvenih usluga** koje liječnik ugovornih pružatelja zdravstvenih usluga kod kojeg ste zatražili pomoć procijeni takvim.

Iznenadna bolest, ozljeda ili nesreća, ali i zdravstvena zaštita u svezi s kroničnim ili postojećim bolestima (ako cilj putovanja nije liječenje) te **zdravstvena zaštita u vezi s trudnoćom i rođenjem djeteta** (ako cilj privremenog boravka u inozemstvu nije porod) **se smatraju neodgodivim** zdravstvenim problemima.

Tijekom privremenog boravka, koristit ćete EKZO izravno kod ugovornih pružatelja zdravstvenih usluga u državi boravka, uz eventualno plaćanje participacije ako je ista propisana.



Važno je napomenuti da Europska kartica **nije zamjena za putno osiguranje**.

Ona pokriva troškove zdravstvene skrbi u hitnim slučajevima, ali ne i planirane medicinske postupke. Ne pokriva troškove zdravstvene zaštite korištene kod privatnih pružatelja zdravstvenih usluga ili troškove poput spašavanja pacijenta prilikom nezgode na skijalištu, zračni prijevoz natrag u domovinu ili ukradeno ili izgubljeno vlasništvo. Ujedno ne pokriva putne troškove prilikom povratka u Hrvatsku, a nakon nastanka osiguranog slučaja. **Stoga je preporučljivo uz EKZO imati i odgovarajuće putno osiguranje.**



Ako ste i usprkos EKZO morali sami platiti zdravstvene usluge, a radilo se o zdravstvenim uslugama neodgodive naravi koje su pružene od strane ugovornog pružatelja zdravstvene usluge, po povratku u Hrvatsku možete HZZO-u podnijeti zahtjev za povrat troškova.



Ako niste ponijeli svoju EKZO u nekim će vas zemljama možda liječiti kao privatnog pacijenta, pa će vam liječenje čak i u javnim ustanovama možda biti naplaćeno po cjeniku za privatne pacijente. Možete tražiti povrat troškova od svojeg zavoda za zdravstveno osiguranje kad se vratite kući, ali ćete dobiti povrat troškova samo za liječenje na koje biste imali pravo kod kuće i samo do cijene tog liječenja u vašoj domovini, što može biti manje od iznosa koji ste platili za to liječenje.

Ako niste sigurni koja prava imate i želite to provjeriti prije početka nužnog liječenja, svaka zemlja EU-a ima barem jednu NACIONALNU KONTAKTNU TOČKU gdje možete dobiti informacije o tome što učiniti i kome se obratiti, o svojem pravu na povrat troškova i o eventualnim maksimalnim iznosima.

Sve nacionalne kontaktne točke imaju svoje internetske stranice i možete im se obratiti telefonski, e-poštom ili ispunjavanjem obrasca za kontakt putem internetske stranice.

Ako u inozemstvo putujete isključivo radi liječenja obratite pozornost na posebna pravila koja vrijede!



Svoju Europsku karticu zdravstvenog osiguranja možete izraditi:

- **osobno** u regionalnom uredu ili područnoj službi **HZZO-a**
- putem sustava **e-Gradani**, u popisu usluga odaberite, u kategoriji Zdravlje, Zahtjev za izdavanje Europske kartice zdravstvenog osiguranja (EKZO)
- u nekim Regionalnim uredima u Zagrebu (Klovićeva 1 i Jukićeva 12), Splitu, Rijeci i Osijeku postoji i opcija brze izrade putem tzv. **redomata**, što je posebno praktično jer vam omogućava da karticu dobijete odmah (radi identifikacije svoju zdravstvenu iskaznicu obveznog zdravstvenog osiguranja umetnete u samouslužni automat, na uređaju potvrdite svoje podatke i u roku od 5 sekundi dobijete otisnutu Europsku karticu zdravstvenog osiguranja)
- putem portala **www.hzzo.hr**

Rok valjanosti: Europska kartica vrijedi do datuma koji je na njoj naveden, u pravilu tri godine. Izdavanje nove kartice može se zatražiti u roku od 30 kalendarskih dana prije isteka važeće, a ako izgubite status osigurane osobe, morate karticu vratiti HZZO-u.

Izdavanje Europske kartice zdravstvenog osiguranja je besplatno!

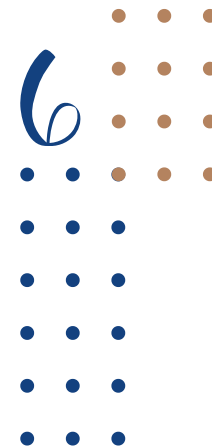
Izgubili ste svoju EKZO ili je ukradena:

- odmah prijavite gubitak ili krađu **HZZO-u**
- javite se u regionalni ured ili područnu službu HZZO-a i zatražite izdavanje Certifikata koji privremeno zamjenjuje EKZO
- Certifikat možete zatražiti i dok se nalazite u inozemstvu, a niste u posjedu svoje kartice (ili osobno podmirite troškove liječenja pa po povratku u Hrvatsku zatražite naknadu troškova), Certifikat se izdaje do kraja razdoblja važenja izdane EKZO koju zamjenjuje



- Certifikat možete zatražiti i prije iznenadnog odlaska u inozemstvo, on će privremeno zamijeniti EKZO za razdoblje trajanja putovanja - od jednog do najviše devedeset dana (ako imate pravo na zdravstveno osiguranja kraće od 30 dana i Certifikat će vrijediti do isteka osiguranja)

OSOBNI ZDRAVSTVENI PODACI



Prema Zakonu o podacima i informacijama u zdravstvu:

- **zdravstveni podatak** je podatak o pojedincu, njegovom fizičkom ili mentalnom zdravlju, uključujući i podatke o pruženim mu zdravstvenim uslugama u zdravstvenom sustavu RH
- **medicinska dokumentacija** sadrži podatke o zdravstvenom stanju i tijeku liječenja pacijenta u procesu pružanja zdravstvene zaštite kod ovlaštenih pružatelja zdravstvene zaštite
- **zdravstvena dokumentacija** obuhvaća medicinsku dokumentaciju i svu ostalu nemedicinsku dokumentaciju u zdravstvenoj djelatnosti (npr. administrativnu, financijsku)

Podaci o zdravlju su posebna kategorija osobnih podataka, tzv. "osjetljivi podaci".

Nekoliko ključnih informacija koje će vam pomoći u boljem razumijevanju kako se se čuvaju i štite osobni zdravstveni podaci:

PRISTUP OSOBNIM ZDRAVSTVENIM PODACIMA

Prikupljanje, korištenje i obrada zdravstvenih podataka strogo je regulirana. U principu, obrada osobnih zdravstvenih podataka je zabranjena.

Osobne zdravstvene podatke može koristiti **vaš izabrani liječnik** (pomoću smart kartice koju mu izdaje nadležna ustanova i osobne zaporke) uz obvezu da vam ih da na uvid, ako to zatražite. Na zahtjev obvezan ih je dati i tijelima državne uprave, sudbenoj vlasti kao i Hrvatskoj liječničkoj komori.

IZNIMKE U PRIKUPLJANJU I OBRADI OSOBNIH ZDRAVSTVENIH PODATAKA

Postoje iznimke kada se osobni podaci o zdravlju mogu prikupljati i obrađivati, npr. ako ste dali izričitu privolu za obradu tih podataka, ako je obrada nužna zbog medicinske dijagnostike i skrbi, ako niste u mogućnosti dati privolu (fizički niti pravno), a životni interesi vas ili drugih osoba su ugroženi. Iznimke su npr. i pravni razlozi, zaštita javnog zdravlja, zaštita kvalitete unutar zdravstvenog sustava i upravljanje zdravstvenim i socijalnim sustavom.

MEDICINSKA DOKUMENTACIJA

Vođenje točnog, iscrpnog i datiranog zapisa o vašem zdravstvenom stanju i tijeku liječenja obveza je vašeg liječnika.

Obveza mu je dopustiti vam uvid u vašu medicinsku dokumentaciju koja se odnosi na dijagnostiku i liječenje vaše bolesti.

Kao što je već navedeno, na zahtjev, obvezan je i predočiti je tijelima državne uprave sukladno posebnim propisima, Hrvatskoj liječničkoj komori i sudbenoj vlasti.

ČUVANJE I ZAŠTITA OSOBNIH ZDRAVSTVENIH PODATAKA

Pružatelji zdravstvene zaštite dužni su vaše podatke o ambulantnom liječenju čuvati deset godina nakon završenog liječenja. Također, moraju poduzeti mjere zaštite kako bi spriječili neovlaštene promjene, uništenje ili zloupotrebu vaše dokumentacije pohranjene na elektronskom mediju.



1 Možete zatražiti kopije svojih medicinskih zapisa ili drugih informacija o svom zdravlju od svog liječnika, bolnice ili drugih zdravstvenih pružatelja usluga, o svom trošku.

2 Na portalu e-Građani nalazi se i Portal zdravlja koji je dio Centralnog zdravstvenog informacijskog sustava Republike Hrvatske (CEZIH) gdje možete pregledati dio zdravstvenih informacija o sebi (npr. pregled posjeta primarnoj zdravstvenoj zaštiti, specijalističkih nalaza, otpusnih pisama, podataka o terapiji i lijekovima, laboratorijskih nalaza primarne zdravstvene zaštite itd.)

3 Prijava na Portal zdravlja se provodi putem NIAS-a (Nacionalnog identifikacijskog i autentifikacijskog sustava) korištenjem vjerodajnice značajne (2.) razine sigurnosti s liste vjerodajnica prihvaćenih na portalu e-Građani. Prijavom na Portal zdravlja možete pregledati i podešavati osobne podatke, upravljati vidljivošću svojih medicinskih informacija, odnosno dozvoliti pristup liječniku vašem e-Kartonu ili pristup medicinskim podacima iz drugih država EU-a.

4 e-Karton, središnji elektronički zdravstveni zapis, obuhvaća vaše osobne i zdravstvene podatke, a nastaje za svakog osiguranika obveznog zdravstvenog osiguranja po dodjeli MBO-a, matičnog broja osiguranika. Zdravstveni podaci u e-Kartonu prikupljaju se putem CEZIH-a te putem njega uvid u vaš e-Karton imaju izabrani liječnici obiteljske medicine, zdravstveni radnici koji vas liječe te po posebnim propisima i zdravstveni radnici koji bi procjenjivali vašu zdravstvenu i radnu sposobnost. Putem Portala zdravlja i vi imate uvid što vam omogućava da pored pregleda svojih zdravstvenih podataka vidite i tko, kada i koje vaše podatke je pregledavao.

Sumnjate li na neovlašten pristup zdravstvenim podacima ili na njihovu zlouporabu možete se obratiti Agenciji za zaštitu osobnih podataka radi daljnjeg postupanje.

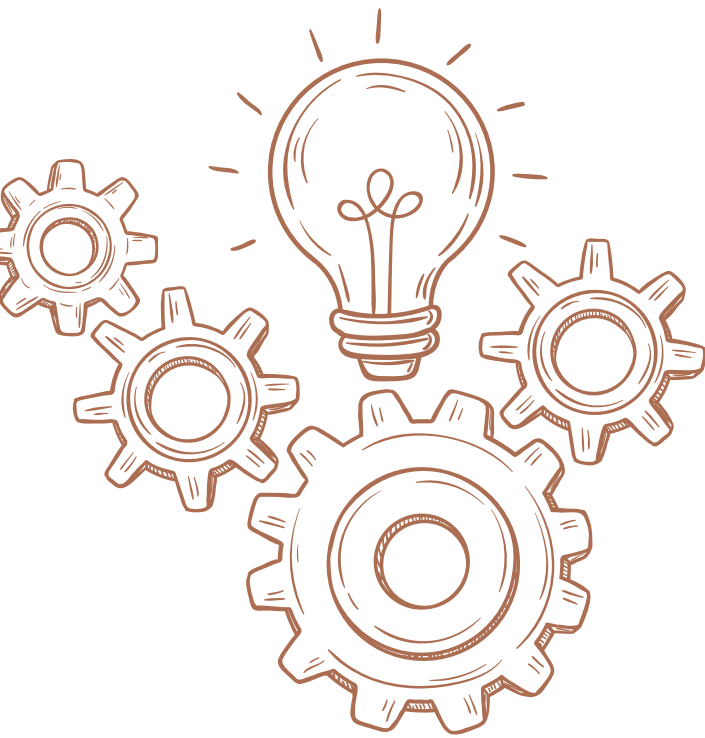
Pristup medicinskim

informacijama reguliran je:

- Zakonom o zdravstvenoj zaštiti
- Zakonom o obveznom zdravstvenom osiguranju
- Zakonom o zaštiti prava pacijenata



ZDRAVSTVENA PISMENOST



Imati želju i volju pronaći osnovne informacije o zdravlju, razumjeti ih, razlučiti one potpune, istinite i korisne te ih usvojiti kako biste to iskoristili pri donošenju informiranih odluka o svome zdravlju vještina je koju nazivamo zdravstvena pismenost.

Što vam omogućava zdravstvena pismenost?

Samopouzdanje u donošenju odluka o zdravlju:

zdravstvena pismenost pruža vam alate i znanje da bolje razumijete svoje tjelesno i mentalno zdravlje.

Bit ćete samopouzdaniji u donošenju informiranih odluka o svom načinu života, prehrani, tjelesnoj aktivnosti i drugim aspektima koji utječu na vaše zdravlje.

Prevenciju i očuvanje zdravlja:

razumijevanje osnova zdravstvene pismenosti pomaže vam prepoznati važnost prevencije bolesti i očuvanja zdravlja što može smanjiti rizik od razvoja kroničnih bolesti i poboljšati vašu ukupnu kvalitetu života.

Aktivno uključivanje u skrb o vlastitom zdravlju:

zdravstvena pismenost potiče vas da budete aktivni sudionici u svojoj zdravstvenoj skrbi. Kroz razumijevanje medicinskih termina i procedura, možete postavljati pitanja, razgovarati s liječnicima i surađivati u planiranju vaše terapije.

Razumijevanje zdravstvenih izvora i informacija:

u digitalnom dobu, informacije o zdravlju su sveprisutne svuda oko nas, prvenstveno na internetu. Zdravstvena pismenost vam pomaže kritički procjenjivati informacije na internetu, razlikovati pouzdane izvore informacija od onih manje pouzdanih.

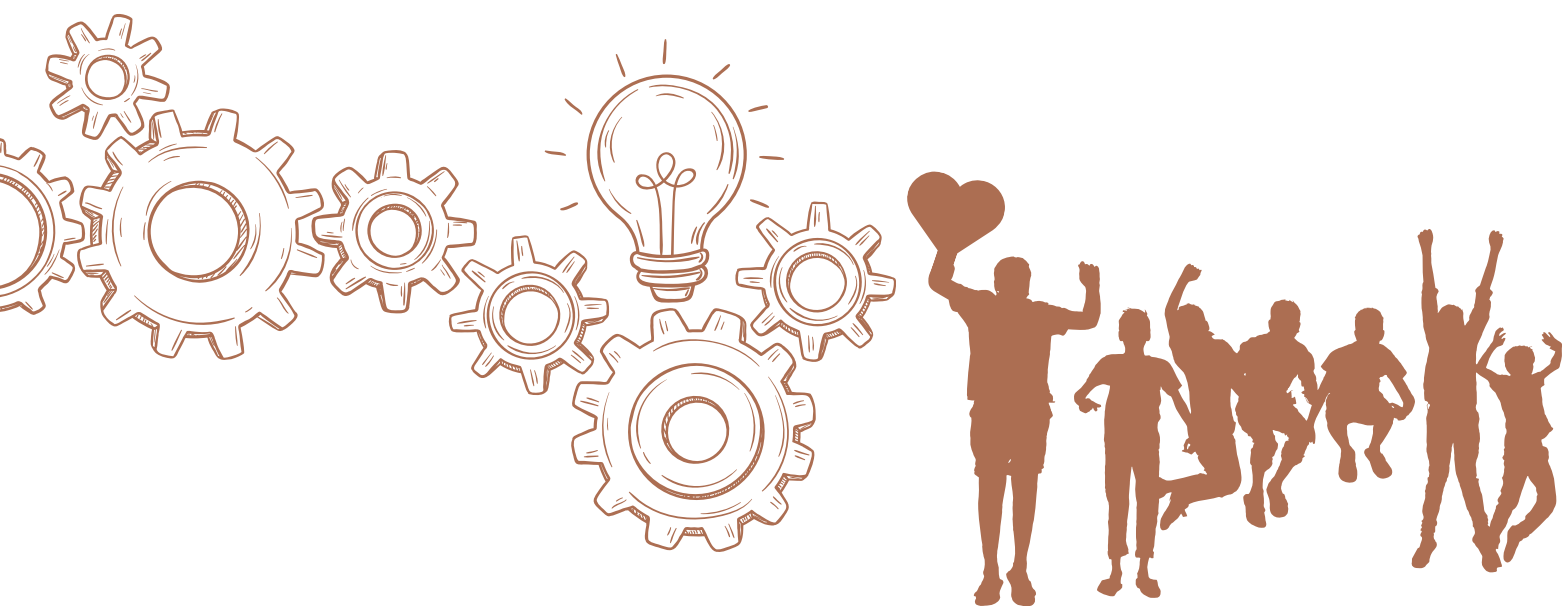
Podizanje svijesti o zdravstvenim problemima:

zdravstvena pismenost čini vas osjetljivijim na društvene i globalne zdravstvene izazove. To vas potiče na sudjelovanje u aktivnostima i inicijativama koje promiču javno zdravlje.

Bolje razumijevanje drugih ljudi:

zdravstvena pismenost omogućava vam bolje razumijevanje zdravstvenih izazova i potreba drugih ljudi u vašoj zajednici. To može potaknuti empatiju i podršku prema drugima.

U konačnici, zdravstvena pismenost nije samo vještina koja se tiče zdravlja; to je ključna vještina koja vam pomaže da bolje upravljate svojim životom. Bez obzira na vašu struku, razvijanje ove vještine može vam pomoći ostvariti zdrav i ispunjen život.



URED ZA ZAŠTITU ZDRAVLJA STUDENATA



Trg Republike Hrvatske 14,
Zagreb

**(privremena adresa: zgrada
Regionalnoga centra za
razvoj poduzetničkih
kompetencija za zemlje
jugoistočne Europe –
SEECEL, Ulica Radoslava
Cimermana 88.)**



01 4564 126



jjelicic@unizg.hr



jkaracic@unizg.hr