

MEINE GESUNDHEIT, MEINE RECHTE!

**Wo kann ich
hingehen?**

**Welche
Angebote gibt
es dort?**

**Was ist für
mich wichtig
zu wissen?**



Medizinische Versorgung in Freiburg

Willkommen in Freiburg

Informationen zur
medizinischen
Versorgung



Seite 4

Behandlung und
Beratung



Seite 6

Sexuell
übertragbare
Infektionen

sexually transmitted
infections



Seite 13

Sexuelle
Gesundheit



Seite 9

Adressen in
Freiburg



Seite 17

Medizinische Versorgung für Asylbewerber*innen, Ausreisepflichtige und Geduldete



Asylbewerber*innen, ausreisepflichtige oder geduldete Menschen erhalten in Deutschland eine medizinische Grundversorgung. Die Kosten dafür werden vom Staat bezahlt. Die Behandlung wird mit Hilfe eines Krankenscheins abgerechnet und die Arztpraxis fordert diesen direkt vom Sozialamt an.

Die Regierung plant eine Gesundheitskarte für Flüchtlinge einzuführen, die du dann zum Arzt oder zur Ärztin mitnehmen musst.

Nach dem „Asylbewerberleistungsgesetz“ hast du Anspruch auf die Behandlung von Krankheiten und Schmerzen und auf alle Untersuchungen und Behandlungen rund um Schwangerschaft und Geburt. Außerdem hast du zum Beispiel ein Recht auf die Behandlung von Krankheiten, die ohne medizinische Versorgung zum Tod führen können.

Wenn du also plötzlich krank wirst, dich verletzt hast oder wenn du schwanger bist, gibt es Ärzte, an die du dich wenden kannst - auch anonym (ohne deinen Namen zu nennen). Auch Gesundheitsämter und Beratungsstellen können dir helfen. Bei einem Notfall solltest du dich aber sofort ins Krankenhaus bringen lassen.

**EGAL, WELCHES
GESUNDHEITSPROBLEM
DU HAST - ES GIBT FAST IMMER
EINE LÖSUNG.**

Lass dich am besten bei speziellen Einrichtungen beraten (siehe Adressen ab Seite 17)



Behandlung und Beratung



ARZT/ÄRZTIN

Wenn du krank bist, gehst du zu einem Allgemeinarzt oder einer Allgemeinärztin. Die Mitarbeiter*innen in der Praxis haben Schweigepflicht und dürfen nicht weitersagen, dass du da warst und was du ihnen erzählt hast. Du kannst also ganz offen über alles sprechen, was mit deiner Krankheit zusammenhängt.

Du solltest vorher in der Praxis anrufen, um einen Termin zu vereinbaren. Nur bei akuten Schmerzen oder Problemen kannst du auch ohne Termin hingehen. Falls du kaum Deutsch sprichst, solltest du jemanden mitnehmen, der übersetzen kann. Wenn du mit dem Arzt oder der Ärztin nicht zufrieden bist, kannst du auch zu einer anderen Praxis wechseln.



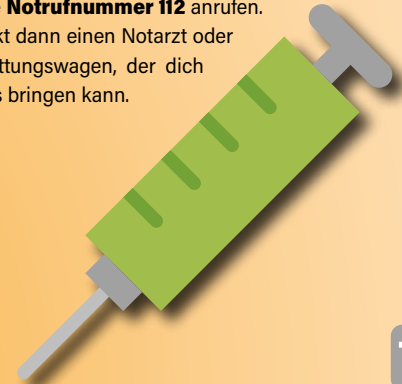
Bei einer weiterführenden Behandlung, wie zum Beispiel bei einer Schwangerschaft, gibt es dafür spezielle Fachärzte. Dein Allgemeinarzt oder deine Allgemeinärztin wird es dann mit dir besprechen und dich dorthin schicken. Du erhältst von der Praxis einen Überweisungsschein für die Weiterbehandlung. Du kannst aber auch direkt zu einem Facharzt oder einer Fachärztin gehen.

KRANKENHAUS

Krankenhäuser sind für die Behandlung von Notfällen und für Operationen da. Du kannst auch zur Freiburger Notfallpraxis der Universitätsklinik gehen, wenn du plötzlich schwer krank wirst und keine Arztpraxis geöffnet hat (zum Beispiel abends oder am Wochenende, aber nur im Notfall)

Falls du eine Operation benötigst, wird diese von deinem Arzt oder Ärztin angeordnet. Du bekommst dann einen Einweisungsschein, mit dem du in die Klinik gehen kannst.

Wenn du schwer krank oder verletzt bist und nicht zum Arzt gehen kannst, sollte jemand die **Notrufnummer 112** anrufen. Die Notrufzentrale schickt dann einen Notarzt oder Notärztin und einen Rettungswagen, der dich ins nächste Krankenhaus bringen kann.



APOTHEKE



Medikamente erhältst du in Deutschland in Apotheken. Für manche Medikamente brauchst du ein Rezept von einem Arzt. Rezeptfreie Medikamente musst du in der Regel selbst bezahlen.

Nachts und am Wochenende hat immer eine Apotheke in deiner Gegend Notdienst – die Adresse steht meistens an der Tür jeder Apotheke oder im Internet.

BERATUNG IM GESUNDHEITSAMT UND IN BERATUNGSSTELLEN

Im Gesundheitsamt und in Beratungsstellen kannst du anonyme und kostenlose Beratung zu verschiedenen gesundheitlichen Themen erhalten. Während der Öffnungszeiten kannst du die Beratungsstellen und das Gesundheitsamt (siehe Adressen) telefonisch erreichen oder persönlich vorbeigehen.

Das Gesundheitsamt ist Teil des staatlichen Gesundheitsdienstes. Du musst deinen Namen nicht nennen, und die Mitarbeiter haben Schweigepflicht (sie dürfen nicht weiter erzählen was du ihnen sagst). Du kannst dort auch Impfungen erhalten, die aber kostenpflichtig sind. Es besteht auch die Möglichkeit dich kostenlos auf HIV und andere sexuell übertragbare Krankheiten testen zu lassen.

Beratungsstellen sind keine staatlichen Organisationen und sie beraten auch Menschen, die keine Papiere haben, Asyl beantragt haben und geduldet sind. Sie helfen auch bei der Suche nach einem Arzt, einer Selbsthilfegruppe oder sie vermitteln dich weiter an andere passende Stellen. (siehe Adressen Seite 20)

Sexuelle Gesundheit



VERHÜTUNG

Verhütungsmittel sind dazu da, um sich vor einer möglichen Schwangerschaft zu schützen. Es gibt verschiedene Verhütungsmethoden, damit es nicht zu einer Schwangerschaft kommt. Hier ein kleiner Überblick, was es gibt, um eine Schwangerschaft zu verhindern:

- › Kondom/ Frauenkondome
- › Anti-Baby-Pille
- › Spirale
- › Hormonimplantat
- › Verhütungspflaster
- › Sterilisation von Mann oder Frau



Das Kondom ist das einzige Verhütungsmittel, das nicht nur vor Schwangerschaft, sondern auch vor sexuell übertragbaren Infektionen und HIV schützen kann!!!

Ein Kondom kann dich aber nur schützen, wenn du es richtig verwendest. Hier ist eine kurze Beschreibung wie das geht:

- › Die Kondomverpackung vorsichtig aufmachen.
- › Wenn der Penis nicht beschnitten ist, die Vorhaut zurückziehen.
- › Die Spitze des Kondoms zusammendrücken und das Kondom auf den steifen Penis setzen.
- › Das Kondom bis ganz nach unten abrollen.

Nach dem Samenerguss den Penis zusammen mit dem Kondom rausziehen. Dazu das Kondom unten festhalten.

Am besten lässt du dich von deiner Ärztin oder deinem Arzt beraten, welche Verhütungsmethode passend für dich ist.

- › Erhältst du Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, kann das Sozialamt die Kosten für die Verhütungsmittel (z.B. Pille, Spirale etc.) übernehmen.

- › Wenn du bereits Leistungen nach dem SGB II oder SGB XII bekommst, informiere dich über die Kostenübernahme bei einer Beratungsstelle für Schwangere. Bist du unter 20 Jahre alt, bezahlt die Krankenkasse die Kosten für alle verschreibungspflichtigen Verhütungsmittel (Kondome gehören nicht dazu).

Im Falle, dass die Anti-Baby-Pille vergessen wurde, oder das Kondom abgerutscht ist, gibt es die „Pille danach“. Sie ist kein Verhütungsmittel und nur für den Notfall gedacht. Beim nächsten Sex muss wieder ein Verhütungsmittel verwendet werden. Die „Pille danach“ sollte so früh wie möglich nach dem Sex eingenommen werden, spätestens aber nach 72 Stunden. Sie ist kostenpflichtig und in jeder Apotheke erhältlich.

SCHWANGERSCHAFT



Wenn du schwanger bist, kannst du viel dafür tun, damit du gesund bleibst und dein Baby gesund geboren wird:

- › Bei regelmäßigen Untersuchungen können Probleme früh erkannt und etwas dagegen unternommen werden.
- › Damit du und dein Kind alle wichtigen Nährstoffe und Vitamine bekommen, ist es wichtig, dass du dich gesund ernährst. Wenn du in einer Gemeinschaftsunterkunft mit schlechter Verpflegung lebst, kannst du zu einer Sozialberatungsstelle gehen. Dort überlegt man dann, was man für dich tun kann.
- › Wenn du regelmäßig an der frischen Luft spazieren gehst, ist das gut für deinen Kreislauf und du bekommst nicht so leicht Rückenschmerzen
- › Normaler Kaffee und Tee enthalten Koffein – das belastet die Nerven deines Kindes.
- › Zigaretten, Alkohol und Drogen sind gefährlich für das Kind, deshalb solltest du nicht rauchen, keinen Alkohol trinken und keine Drogen nehmen.



› Wenn du HIV-positiv bist ist es wichtig, dass Du bei einer HIV-Ärztin oder HIV-Arzt behandelt wirst, damit dein Kind gesund auf die Welt kommen kann.

Schwangere Frauen ohne Papiere bekommen in der Regel für eine bestimmte Zeit vor und nach der Geburt eine Duldung. Wenn du ohne Papiere in Deutschland lebst, solltest du dich auf jeden Fall von einer Migrantenorganisation oder Flüchtlingsorganisation beraten lassen.

Unter bestimmten Bedingungen ist es in Deutschland erlaubt, eine Schwangerschaft durch eine Ärztin oder einen Arzt bis zur zwölften Schwangerschaftswoche, abubrechen. Vor dem Abbruch muss jedoch ein Beratungsgespräch in einer Beratungsstelle (siehe Anhang) stattfinden. Wenn die Gesundheit des Kindes bzw. der Mutter in Gefahr ist, kann der Abbruch auch noch zu einem späteren Zeitpunkt durchgeführt werden.

WEIBLICHE BESCHNEIDUNG

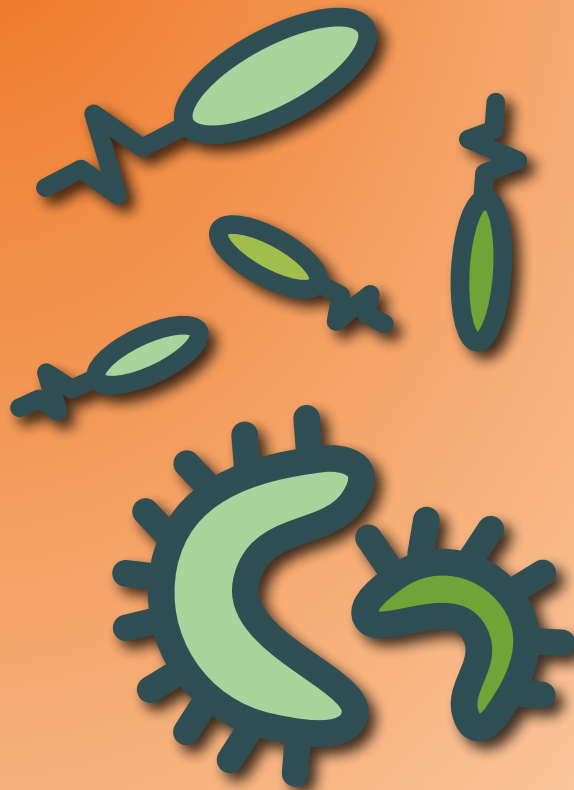
Die Beschneidung weiblicher Genitalien ist eine schwere Menschenrechtsverletzung an Mädchen und Frauen und in Deutschland verboten.

Beschnittene Frauen können sich besonders leicht mit einer sexuell übertragbaren Krankheit anstecken, wenn ihre Scheide verletzt ist und Wunden oder Risse hat. Bei beschnittenen Frauen kann es außerdem zu Problemen in einer Schwangerschaft oder bei der Geburt kommen.

Wenn Mädchen bereits beschnitten sind, oder ihnen eine baldige Beschneidung droht, können sie sich jederzeit an verschiedene Beratungsstellen (z.B. MigraZentrum) oder an eine Ärztin/Arzt wenden.

Sexuell übertragbare Infektionen

sexually transmitted infections



SEXUELL ÜBERTRAGBARE INFEKTIONEN (STI)

Es gibt Infektionen die vor allem (aber nicht nur) durch Sex übertragen werden. Zu diesen Infektionen gehören zum Beispiel Syphilis, Tripper (Gonorrhö), Chlamydien oder Hepatitis. Manche STI's können schwere Folgen haben, wenn Sie nicht rechtzeitig entdeckt und behandelt werden. Es kann zum Beispiel passieren, dass Frauen keine Kinder mehr bekommen können.

Bei Menschen, die infiziert sind, befinden sich die Krankheitserreger vor allem im Blut, im Spermia, in der Scheidenflüssigkeit und in der Schleimhaut von Penis, Scheide und Darm. Deswegen werden STI's vor allem beim Vaginalsex, Analsex und Oralsex übertragen. Außerdem ist es möglich, dass Mütter ihre Kinder in der Schwangerschaft, bei der Geburt oder beim Stillen anstecken. Menschen die Drogen nehmen, können sich durch Spritzen und Nadeln anstecken, die von infizierten Menschen benutzt worden sind. Auch beim Küssen ist die Ansteckung mit manchen STI's möglich, nicht aber von HIV.



MÖGLICHE ZEICHEN FÜR EINE SEXUELL ÜBERTRAGBARE INFEKTION SIND ZUM BEISPIEL:

- › Gelblicher und stinkender Ausfluss aus der Scheide, dem Penis oder dem Po.
- › Schmerzen beim Pinkeln oder beim Stuhlgang.
- › Jucken und Brennen im Genitalbereich.
- › Verfärbung von Urin oder Stuhlgang.
- › Hautveränderungen wie zum Beispiel Blasen, Warzen, Geschwüre.

Wenn du Zeichen einer sexuell übertragbaren Infektion bemerkst, solltest du sofort zu einer Ärztin oder einem Arzt gehen. Das gilt auch dann, wenn die Anzeichen von alleine wieder aufhören. Die Erreger können sich nämlich im Körper verstecken und weiter schwere Schäden anrichten. In ärztlicher Behandlung können die meisten STI's geheilt werden.

HIV / AIDS

HIV und AIDS gibt es auf der ganzen Welt – auch in Deutschland. Jeder Mensch, unabhängig von seinem Alter, seinem Geschlecht oder seiner sexuellen Orientierung, kann sich mit HIV anstecken. HIV ist ein Virus. Es schwächt das Immunsystem, mit dem der Körper Krankheiten abwehrt. Wenn eine Ansteckung mit dem Virus stattgefunden hat und nicht rechtzeitig Medikamente genommen werden, besteht die Gefahr, die lebensgefährliche Krankheit AIDS zu bekommen.

ÜBERTRAGEN WERDEN KANN HIV:

- › Beim Vaginal- und Analverkehr ohne Kondom, auch wenn nicht im Körper ejakuliert wird.
- › Beim Oralverkehr, wenn Sperma oder Menstruationsblut in den Mund kommt.
- › Von einer positiven Mutter auf das Kind (wenn sie keine Medikamente gegen HIV nimmt oder wenn sie das Kind stillt).
- › Beim Drogenspritzen, wenn Spritzen und Nadeln gemeinsam verwendet werden.

HIV wird **nicht** durch die Luft, durch Speichel, Tränen, Schweiß, Urin, Stuhlgang und **nicht** durch Insektenstiche übertragen. Im Alltag besteht daher keine Ansteckungsgefahr!

Ob jemand sich mit HIV angesteckt hat, kann man ihm nicht ansehen. Nach einer Ansteckung kann es einem nämlich noch viele Jahre gut gehen, obwohl das Immunsystem des Körpers durch das Virus immer schwächer wird. Feststellen kann man eine HIV-Infektion nur mit einem HIV-Test. Diesen Test kann man beim Gesundheitsamt oder in AIDS-Hilfen machen.



Adressen in Freiburg



BEHANDLUNG UND BERATUNG

WICHTIGE TELEFONNUMMERN IN NOTFÄLLEN:

Ärztlicher Bereitschaftsdienst
(24 h erreichbar): **116 117**

Rettungsdienst/Feuerwehr: **112**



Freiburger Kinder Notfallpraxis

St. Josefskrankenhaus
Sautierstraße 1
79104 Freiburg
Telefon: 0761-80998099

Notfallpraxis für Erwachsene

Universitätsklinikum Freiburg
Hugstetterstraße 55
79106 Freiburg
Telefon: 0761-8099800

Medibüro:



Hier können Migrant*innen und Flüchtlinge eine kostenlose und anonyme Behandlung von einer Ärztin oder einem Arzt erhalten.

Beratung und Vermittlung
jeden Dienstag 16.30 – 18.00 Uhr

Medinetz Freiburg
Adlerstraße 12
79098 Freiburg
Telefon: 0761-2088331

www.medibueros.org
www.medinetz.rasthaus-freiburg.org

Psychotherapeutische Anlaufstelle für Migranten Freiburg(PAMF)

Vermittlung von Psychotherapien für Erwachsene, Jugendliche alle Sprachen mit Hilfe von Dolmetscher*innen

Schwaighofstraße 6
79100 Freiburg

Dr. G. Mazarweh
Telefon: 0761 – 709544

Kontakt: Dipl. Psych. Angelika Rees
Telefon: 07821-98 24 32

SEXUELLE GESUNDHEIT / FRAUEN- GESUNDHEIT / FAMILIENPLANUNG

AIDS-Hilfe Freiburg e.V.: Beratungsstelle für sexuelle Gesundheit
Informationen zum Thema HIV/AIDS
und STI's



Büggrenreuterstraße 12
79106 Freiburg
Telefon: 0761-15146640 oder 0761-19411
www.aids-hilfe-freiburg.de

**Beratungsstelle
für Schwangere:**

Beratungsstelle
für Schwangere und Familien
Lorettostraße 63
79100 Freiburg
Telefon: 0761-36891-148
www.diakonie-freiburg.de

Donum Vitae

Beratungsstelle bei
Schwangerschaftskonflikten
allgemeine Schwangerenberatung
Leopoldring 7
79098 Freiburg
Telefon: 0761-2023096
www.donum-vitae-freiburg.de

**Frauengesundheits-
zentrum:**

Information, Beratung und Begleitung
bei Gesundheitsanliegen für Mädchen
und Frauen

FMGZ e.V.
Basler Straße 8
79100 Freiburg
Telefon: 0761-2021590
www.fmgz-freiburg.de

Gesundheitsamt:

Dezernat für Gesundheit
und Versorgung
Sautierstraße 28+30
79104 Freiburg
Telefon: 0761-21873223
www.breisgau-hochschwarzwald.de

MigraZentrum Freiburg:

Anlauf- und Informationsstelle für
Frauen aus allen Ländern und allen
Glaubensrichtungen zum Thema
Beschneidung.
Friedhofstraße 33
79106 Freiburg
Telefon: 0176-28254450
oder 0177-6061417
www.migrazentrum-freiburg.de

Pro familia:

Beratungsstelle für Paare und Familien, medizinische Dienstleistungen, Schwangere und Schwangerschaftskonflikte

Basler Straße 61
79100 Freiburg
Telefon: 0761-296256

www.profamilia.de

Sozialdienst katholischer Frauen:

Schwangeren- und Familienberatung
Colombistraße 17
79098 Freiburg
Telefon: 0761-29623-30

www.skf-freiburg.de

INFORMATION UND BERATUNG FÜR FLÜCHTLINGE UND ANDERE MIGRANT*INNEN

Beratungsstelle für Flüchtlinge



Beratung und Information für Flüchtlinge und unterstützende Menschen, Asylverfahren, Fragen zur Sicherung des Aufenthaltes oder des Familiennachzuges

Ferdinand-Weiß-Straße 9A
79106 Freiburg
(bis Sommer 2016: Krozingerstraße 7)
Telefon: 0761-89759-337

www.diakonie-freiburg.de

ADRESSEN ÜBERREGIONAL

Flüchtlingsrat Baden-Württemberg:

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Flüchtlingsrates in Baden-Württemberg wissen gut Bescheid, wie man Flüchtlingen helfen kann.

Flüchtlingsrat Baden-Württemberg e.V.
Hauptstätter Straße 57
70178 Stuttgart

www.fluechtlingsrat-bw.de

PRO ASYL:

Die Bundesarbeitsgemeinschaft PRO ASYL setzt sich für Flüchtlinge ein.

Unter www.proasyl.de > „Themen“ findet man Informationen zu Themen wie Abschiebung, Asylrecht, Bleibe-recht und zur Situation von Flüchtlingen in Deutschland.

Die Broschüre wurde im Rahmen des Projektes *Get together* von der AIDS-Hilfe Freiburg entwickelt. Sie ist an die Inhalte von „Deine Gesundheit, Deine Rechte“ der Deutschen AIDS-Hilfe, Berlin angelehnt.

Get together ist ein EU-Kooperationsprojekt des Landesverbands Badisches Rotes Kreuz mit den Kreisverbänden DRK Freiburg, Villingen-Schwenningen und der AIDS-Hilfe Freiburg.

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds kofinanziert.



Europäische Union