

Inhaltsverzeichnis

Gesundheit	2
Gesund sein in Deutschland	2
Allgemeine Informationen	2
Krankenversicherung	3
Arztbesuch	4
Krankenhaus	6
Krank als Asylbewerber	8
Schwangerschaft und Geburt	10
Schwangerschaftsabbruch	13
Trauma und psychische Gesundheit	15
Behinderung	16
Verhütung und Familienplanung	17
Kinder-Gesundheit	18
Notfall	19
Wer kann mir helfen? Beratung zu Gesundheit und Krankheit	21
MiMi - Mit Migranten für Migranten (MiMi-Bayern)	22

Gesundheit

Gesund sein in Deutschland

Allgemeine Informationen

Im Internet sind viele Informationen zu Gesundheit.

In vielen Sprachen, zum Beispiel Arabisch, Kurdisch, Persisch, Englisch...

1. Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende

Wie funktioniert die Gesundheits-Versorgung?

Was mache ich, wenn ich krank bin?

Welche Hilfe kann ich bekommen?

2. Gesundheit für alle

Wegweiser durch das deutsche Gesundheitswesen in vielen Sprachen.

Infos zu:

- Krankenversicherung
- Medizinische Versorgung
- Was tun im Notfall?
- Vorsorge
- Pflegeversicherung
- Adressen und Kontakte...

3. Besuch bei der Frauen-Ärztin

⇒ Film in verschiedenen Sprachen

4. Informationen zu verschiedenen Themen (Ethno-Medizinisches Zentrum)

Wegweiser für verschiedene Themen, zum Beispiel:

- Diabetes
- Impfen
- Trauma, Depression
- Mütter-Gesundheit

5. Informationen für Patienten zu vielen verschiedenen Krankheiten

- Asthma
- Grippe
- Demenz

- ...

6. Vokabeln im Bereich Gesundheit

[Take-Care-Projekt](#) (Weg-Weiser für Migranten)
[Bild-Wörter-Buch](#)

7. Weitere Informationen in vielen verschiedenen Sprachen

- Medikamente
- Notfall-Wortschatz
- Wichtige Telefonnummern
- ...

Weitere wichtige Informationen

Impfungen:

Der Arzt kann Dich über Impfungen informieren.
Viele Impfungen sind für Dich kostenlos.
Du bekommst einen Impf-Pass.
Im Impf-Pass stehen alle Impfungen, die Du schon hast.
Der Impf-Pass ist kein Ausweis.

⇒ [Diese Impfungen](#) solltest Du/ Deine Kinder haben.

Apotheke:

In der Apotheke bekommst Du Medikamente.
Apotheken haben ein rotes „A“ über der Tür .

Für manche Medikamente musst Du bezahlen, zum Beispiel:

- Nasen-Sprays
- Kopf-Schmerz-Tabletten
- ...Für manche Medikamente musst Du nichts oder weniger bezahlen. Du brauchst ein Rezept von einem Arzt. Erwachsene müssen meistens Geld dazu bezahlen.

⇒ [Hier](#) findest du Apotheken in Bayreuth

Apotheken sind offen:

Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr

Samstag von 9 bis 12 Uhr

Not-Dienst in der Nacht und am Sonntag: ⇒ [Apotheken-Not-Dienst in Bayreuth](#)

Krankenversicherung

Du musst eine Kranken-Versicherung haben.
Viele sind bei einer gesetzlichen Kranken-Kasse.

Du musst jeden Monat für die Kranken-Kasse zahlen.

Kinder müssen nicht zahlen.

Du bist krank:

Die Kranken-Kasse zahlt den Arzt (Doktor), die Medikamente, die Klinik.

Du musst meistens etwas dazu-zahlen.

Du darfst die Kranken-Kasse selbst wählen.

Du darfst die Kranken-Kasse wechseln.

Informiere Dich genau!

Fragen? Frag die Krankenhilfe (Tel: [0921/251277](tel:0921/251277)).

Krankenversicherung für Asylbewerber

Dein Asylantrag wird anerkannt ODER Du bist schon mehr als 18 Monate in Deutschland:

Du kannst eine Karte für die Kranken-Versicherung bekommen (elektronische Gesundheits-Karte).

Du brauchst dazu keinen Antrag beim Sozial-Amt stellen.

Das Sozial-Amt prüft automatisch.

Du bekommst einen Brief vom [Sozial-Amt](#).

Im Brief steht: Du bekommst eine Karte.

Du kannst eine Kranken-Kasse aussuchen.

Du hast die Karte. Mit der Karte gehst Du direkt zum Arzt.

Du musst nicht mehr zum Sozial-Amt gehen.

Mit Aufenthaltstitel

Wenn Du einen Aufenthaltstitel hast, musst du Dich bei einer gesetzlichen Krankenkasse anmelden.

Dort bekommst Du eine Versichertenkarte.

Mit der Karte bekommst du die gleichen Leistungen wie alle anderen Einwohner in Deutschland.

Du musst daran denken Deine Versichertenkarte mitzunehmen, wenn Du zum Arzt oder ins Krankenhaus gehst.

[Hier](#) findest Du mehr Informationen in verschiedenen Sprachen.

[Hier](#) findest Du eine Liste der Krankenversicherungen in der Region.

Arztbesuch

Arzt (Doktor)

Wenn Du Dich krank fühlst, bekommst Du vom [Sozialamt](#) einen Behandlungsschein.

Mit dem Behandlungsschein ist der Besuch kostenlos. Den Behandlungsschein holst du vor Ort ab.

Du darfst den Doktor (Arzt) selbst wählen.

Die Ärzte (Doktoren) haben eine Schweige-Pflicht:

Du kannst mit dem Arzt über alles sprechen. Der Arzt sagt es keinem weiter.

Nimm zum Doktor mit:

- Versicherten-Karte oder Behandlungsschein
- Deine Medikamente
- Blatt mit Deinen Fragen
- vielleicht einen Dolmetscher

Wenn Du Medikamente brauchst, bekommst Du ein **Rezept**.

Termin: Du rufst beim Doktor an. Bitte um einen Termin: Ich bin krank! Kann ich zu Ihnen kommen?" („Ich bin krank! Kann ich zu Ihnen kommen?“) Ohne Termin musst Du oft lange warten.

⇒ [Im Internet](#) kannst Du Ärzte in Bayreuth finden. Du findest hier auch verschiedene Sprachen, die bei den Ärzten gesprochen werden

Ärzte haben normal von Montag bis Freitag geöffnet.

Die Öffnungs-Zeiten sind je nach Arzt unterschiedlich. Meistens haben sie Mittwoch am Nachmittag geschlossen.

Allgemein-Arzt und Kinder-Arzt

Wenn Du krank bist, gehst Du zuerst zum Allgemein-Arzt. Oft heißt er auch Haus-Arzt.

Kinder müssen zu einem Kinder-Arzt gehen.

Dieser Arzt ist der erste Ansprech-Partner bei allen Krankheiten. Er untersucht Dich und entscheidet über die weitere Behandlung.

Wenn eine Behandlung durch einen Fach-Arzt notwendig ist, wird er Dich dorthin schicken. Er gibt Dir eine Überweisung.

Fach-Arzt / Spezialist

Fach-Ärzte sind auf ein medizinisches Fach spezialisiert. Sie übernehmen nach der Überweisung durch den Allgemein-Arzt die weitere Behandlung. Zum Beispiel: Frauen-Arzt, Lungen-Fach-Arzt oder Hals-Nasen-Ohren-Arzt, Urologe, Orthopäde ...

Wenn Du eine Operation machen musst, erstellt der Arzt dir einen Kostenvoranschlag.

Der Kostenvoranschlag muss vom [Sozialamt](#) vor der Operation genehmigt werden.

Wenn nicht werden die Kosten nicht übernommen. Das gleiche gilt für psychotherapeutische Behandlungen.

[Hier](#) findest du verschiedene Ärzte in Bayreuth.

Bereitschafts-Dienst

Wenn Du nachts oder am Wochenende einen Arzt brauchst und es ist kein Notfall, kannst Du hier anrufen:

 [116117](tel:116117)

Ärztliche Bereitschaftspraxis Bayreuth

Ärztliche Bereitschaftspraxis Bayreuth | Ärztliche Bereitschaftspraxis Bayreuth

 [Carl-Schüller-Straße 10, 95444 Bayreuth](#)

Öffnungszeiten:

Montag/ Dienstag/ Donnerstag von 18 - 21 Uhr

Mittwoch und Freitag von 16-21 Uhr

An Wochenenden und Feiertagen von 9.00 - 21.00 Uhr

Zahnärztlicher Notdienst

[Hier](#) findest du Zahnärzte zu denen du im Notfall gehen kannst.

Im Notfall kannst Du auch immer in [die Notaufnahme](#) ins Krankenhaus fahren.

Du verstehst den Befund vom Arzt nicht? [Hier](#) kannst Du eine Erklärung finden.

Schlagworte: Arzt, Facharzt, Praxis, Arztpraxis, Überweisung, Überweisungsschein, ärztliche Behandlung, Zahnarzt, Allgemeinarzt, Hausarzt, Kinderarzt, Bereitschaftsdienst der KVB

Krankenhaus

Krankenhaus

Ein Krankenhaus (= Klinik oder Klinikum) ist ein Haus, in dem kranke Menschen geheilt werden.

In einem Krankenhaus arbeiten sehr viele Ärzte und Pflegekräfte.

In ein Krankenhaus kommt man nur, wenn man sehr krank ist oder schwer verletzt ist.

In ein Krankenhaus gehst Du, wenn ein Notfall eintritt.

Was ein Notfall ist erfährst Du auf der Seite „Notfall“.

In der Klinik kannst Du den Arzt nicht wählen.

Der Arzt kann eine Frau oder ein Mann sein.

Du liegst mit anderen Personen im Zimmer.

Du musst für jeden Tag in der Klinik ein bisschen Geld bezahlen.

Die Kranken-Kasse bezahlt den Rest.

Wann muss ich ins Krankenhaus?

Wenn Du Angst um Dein Leben und Deine Gesundheit hast.
Wenn Du sehr starke Schmerzen hast und keinen Arzt erreichst.
Wenn Du am Wochenende schwer krank wirst.

Wann gehe ich zum [Arzt](#) und nicht ins Krankenhaus?

Wenn Du nur leicht krank bist.
Wenn Du keine starken Schmerzen hast.
Von Montag bis Freitag kannst Du zu den Öffnungszeiten immer einen Arzt erreichen.

Denk an einen [Dolmetscher](#), wenn Du wenig Deutsch und Englisch sprechen kannst. Nur so kann der Arzt Dir helfen.

Krankenhäuser in Bayreuth:

Bezirkskrankenhaus Bayreuth

 [Nordring 2, 95445 Bayreuth](#)

 [+49 \(0\) 9212830](#)

 <https://www.gebo-med.de/>

Klinik Hohe Warte

 [Hohe Warte 8, 95445 Bayreuth](#)

 [+49 \(0\) 92140001](#)

 <https://klinikum-bayreuth.de/>

Klinikum Bayreuth GmbH

 [Preuschwitzerstr. 101, 95445 Bayreuth](#)

 [+49 \(0\) 92140000](#)

 <https://www.klinikum-bayreuth.de/>

Sana Klinik Pegnitz

 [Langer Berg 12, 91257 Pegnitz](#)

+49 (0) 92419810

<https://www.sana.de/pegnitz>

Krank als Asylbewerber

Du bist krank

Du wohnst in einer Gemeinschafts-Unterkunft (GU) oder eigenen Wohnung.

Du willst zum Haus-Arzt, Kinder-Arzt, Frauen-Arzt, Augen-Arzt oder Zahn-Arzt gehen?

⇒ Du brauchst einen Kranken-Behandlungs-Schein (= Papier für den Arzt).

Der Kranken-Behandlungs-Schein gilt für ein Quartal (= drei Monate):

1. Quartal: Januar, Februar, März
2. Quartal: April, Mai, Juni
3. Quartal: Juli, August, September
4. Quartal: Oktober, November, Dezember

Zum Beispiel:

Du kannst mit dem Kranken-Behandlungs-Schein im 1. Quartal in den Monaten Januar, Februar und März zum Arzt gehen.

Für April, Mai und Juni (2. Quartal) brauchst Du einen neuen Kranken-Behandlungs-Schein.

Wie bekomme ich den Kranken-Behandlungs-Schein?

Du gehst zum [Sozial-Amt](#).

Du brauchst keinen Termin im Sozial-Amt.

Du holst den Kranken-Behandlungs-Schein im Sozial-Amt.

Mit dem Kranken-Behandlungs-Schein gehst Du zum Haus-Arzt, Kinder-Arzt, Frauen-Arzt, Augen-Arzt oder Zahn-Arzt.

Oder:

Der Arzt sagt: Du musst zum Fach-Arzt.

Ein Fach-Arzt ist ein Spezialist: Zum Beispiel Orthopäde.

Der Arzt gibt Dir eine **Überweisung** (= Papier für den Fach-Arzt).

Du machst einen Termin mit dem Fach-Arzt.

Wichtig: Bringe die Überweisung mit zum Termin!

Der Arzt sagt: Du musst ins Kranken-Haus (= Klinik).

Der Arzt gibt Dir eine **Einweisung** (= Papier für das Kranken-Haus).

⇒ Du musst mit der Einweisung zum Sozial-Amt gehen.

Das Sozial-Amt prüft: Darfst Du ins Kranken-Haus gehen?

Das Sozial-Amt sagt dir: Du darfst ins Kranken-Haus oder Du darfst nicht ins Kranken-Haus.

Schau bei "Gesundheit"

[Hier](#) sind viele Informationen zu Gesundheit und Krankheit

Was kann ich beim Arzt behandeln lassen?

Was bezahlt das Sozial-Amt?

Das Sozial-Amt gibt Dir einen Kranken-Behandlungs-Schein oder eine Einweisung ins Kranken-Haus :

NUR wenn es unbedingt nötig ist.

NUR bei akuten Erkrankungen und akuten Schmerzen.

Oder:

Wenn Du übliche Impfungen und medizinische Vorsorge-Untersuchungen brauchst.

Wenn Du schwanger bist: Du bekommst alle notwendigen Leistungen.

Schau bei "Schwangerschaft und Geburt"

Bei der Geburt: Du und das Kind bekommen alle notwendigen Leistungen.

Was mache ich im Notfall (= unerwartete Situation, in der man schnell Hilfe von einem Arzt braucht)

Du gehst direkt zu einem Arzt oder ins Kranken-Haus.

Du gehst ohne Einweisung oder Kranken-Behandlungs-Schein.

Im Notfall spricht der Arzt oder das Krankenhaus direkt mit dem Sozial-Amt.

WICHTIG:

NUR im Notfall gehst Du ohne Einweisung oder Kranken-Behandlungs-Schein zum Arzt.

Schau bei "Hilfe im Notfall".

Hier sind Telefon-Nummern und Regeln für den Notfall.

Wann kann ich eine Karte für die Kranken-Versicherung bekomme?

Dein Asyl-Antrag ist anerkannt.

Du bist schon mehr als 18 Monate in Deutschland.

Du kannst eine Karte für die Kranken-Versicherung bekommen (= elektronische Gesundheits-Karte).

Du brauchst dazu keinen Antrag beim Sozial-Amt stellen.

Das Sozial-Amt prüft automatisch.

Du bekommst einen Brief vom Sozial-Amt.

Im Brief steht: Du bekommst eine Karte.

Du hast die Karte.

Mit der Karte gehst Du direkt zum Arzt.

Du musst nicht mehr zum Sozial-Amt gehen.

Wo ist das Sozial-Amt?

Sozialamt Stadt Bayreuth | Sozialamt Stadt Bayreuth

 [Dr.-Franz-Straße 6, 95445 Bayreuth](#)

 [@Sozialamt@stadt.bayreuth.de](mailto:Sozialamt@stadt.bayreuth.de)

 [+49 \(0\) 921251487](tel:+49(0)921251487)

 <https://www.bayreuth.de/rathaus-buergerservice/st...>

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 8 bis 12 Uhr

Mittwoch zusätzlich: 14 bis 18 Uhr

Schlagworte: Krankenbehandlungsschein, Behandlungsschein, Überweisung, Überweisungsschein, Facharzt, Krankenhaus, notwendige Behandlung, Schmerzbehandlung, Gesundheitskarte, Krankenversicherung

Schwangerschaft und Geburt

Schwangerschaft

Du bekommst ein Baby?

Du bist schwanger?

Mache einen Schwangerschafts-Test!

Du kaufst einen Schwangerschafts-Test in einer [Apotheke](#) oder einer [Drogerie](#).

Gehe zum Frauen-Arzt (Gynäkologe):

Der Frauen-Arzt sorgt für Dich und Dein Kind.

⇒ **[Hier](#) kannst Du Frauen-Ärzte in Bayreuth suchen!**

Du bekommst einen Mutter-Pass:

Im Mutter-Pass stehen die Ergebnisse der Untersuchungen.

Der Mutter-Pass ist wichtig!

Du musst den Mutter-Pass immer zum Frauen-Arzt mitnehmen.

Der Mutter-Pass ist kein Ausweis.

Gehe regelmäßig zur Untersuchung!

Kranken-Kasse

Die Kranken-Kasse zahlt die Untersuchungen in der Schwangerschaft.

Gehe regelmäßig zur Untersuchung!

Du hast Fragen?

Frag Deinen Frauen-Arzt.

Er hilft Dir.

⇒ Es gibt auch viele Informationen im Internet in vielen Sprachen. Schau dazu bei ["Krankenversicherung"](#) hier in der App.

Die Kranken-Kasse zahlt auch Beratung von einer Hebamme.

Hebammen unterstützen Frauen und ihre Familien vom Anfang der Schwangerschaft bis zum Ende der Stillzeit. Hebammen beraten während der Schwangerschaft. Sie können bei der Geburt helfen. Nach der Geburt führen Sie an das Stillen heran. Sie achten auch auf die körperliche und psychische Erholung der Frau. Jede Frau kann die Hilfe einer Hebamme in Anspruch nehmen. Die meisten Leistungen werden durch die Krankenkasse bezahlt.

Wie kann die Hebamme Dir helfen?

⇒ [Informationen zur Arbeit von Hebammen](#)

Du suchst noch mehr Beratung?

Hilfe-Telefon "Schwanger und viele Fragen":  [08004040020](tel:08004040020)

Link: ["Schwanger und viele Fragen"](#) in vielen Sprachen

Link: [Informationen zu Schwangerschaft und Geburt](#) in vielen Sprachen

[Mama Mia](#): Telefonsprechstunde für Schwangere, Eltern und Alleinerziehende mit Kindern im Alter bis drei Jahren

 [015174468153](tel:015174468153) (Montags und Mittwochs zwischen 9 und 11 Uhr)

Sprechstunde mit Hebammen

Was? Du kannst der Hebamme Fragen stellen: Wie füttere ich das Baby? Was kann ich machen, wenn es schreit? .

Wann? Einmal im Monat von 10:00 Uhr bis 12.00 Uhr

Wo? [Mama Mia – Elternzentrum Bayreuth e.V.](#)

Geburt

Das Baby kommt auf die Welt:

Ihr Gynäkologe oder Ihre Gynäkologin vermittelt Sie an eine Entbindungsklinik. Fragen Sie dort nach der Entbindung nach einer Hebamme oder einem Entbindungspfleger für die Nachsorge. Von der Klinik erhalten Sie eine Geburtsbescheinigung.

Klinik/Kranken-Haus

In Bayreuth gibt eine spezielle Geburts-Klinik:

Klinikum Bayreuth GmbH

 [Preuschwitzerstr. 101, 95445 Bayreuth](#)

 [+49 \(0\) 92140000](tel:+49(0)92140000)

 <https://www.klinikum-bayreuth.de/>

Zuhause

Du kannst Dein Kind auch zu Hause bekommen.

⇒ Frag Deinen Frauen-Arzt.

Geburts-Urkunde

Was ist die Geburts-Urkunde?

Die Geburts-Urkunde ist ein wichtiges Dokument.

Du musst die Geburts-Urkunde behalten.

Die Geburts-Urkunde sagt:

- Wie heißt das Kind?
- Wo ist das Kind geboren?
- Wann ist das Kind geboren?
- Wer ist die Mutter?
- Wer ist der Vater?

Wie bekomme ich die Geburts-Urkunde?

Nach der Geburt musst Du ein Form-Blatt (Formular) ausfüllen.

Das Form-Blatt heißt: Geburts-Anzeige.

Die Geburts-Anzeige füllst Du im Kranken-Haus oder Geburts-Haus aus.

In der Geburts-Anzeige steht:

- Vor-Name des Kindes
- Nach-Name des Kindes
- Viele weitere Informationen über das Kind und die Eltern

Wichtig:

Mutter und Vater müssen die Geburts-Urkunde unterschreiben.

Die Geburts-Urkunde kostet 10€.

Welche Dokumente muss Ich mitnehmen?

- Pass oder Aufenthalts-Erlaubnis
oder Fiktions-Bescheinigung
oder Duldung
- Geburts-Urkunde von Mutter
- Geburts-Urkunde von Vater
- Deutsche Übersetzung der Geburts-Urkunde von Mutter und Vater
Wenn Du verheiratet bist:
- Heirats-Urkunde
- Deutsche Übersetzung der Heirats-Urkunde

Ich habe keine Hochzeits-Urkunde oder Geburts-Urkunde!

Du hast nicht alle Dokumente?

Das Kranken-Haus gibt Dir **KEINE** Geburts-Urkunde.

Du musst zum Standes-Amt gehen.

Ruf an und mache einen Termin im Standes-Amt:

Standesamt - Stadt Bayreuth | Standesamt - Stadt Bayreuth

 [Luitpoldplatz 13, 95444 Bayreuth](#)

 [@Standesamt@stadt.bayreuth.de](mailto:Standesamt@stadt.bayreuth.de)

 [+49 \(0\) 921251433](tel:+49(0)921251433)

 <https://www.bayreuth.de/rathaus-buergerservice/st...>

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 8 bis 12 Uhr

Mittwoch zusätzlich: 14 bis 18 Uhr

⇒ Schau [hier](#) für weitere Informationen.

Schlagworte: Frauenarzt, Schwangerschaftstest, Mutterpass, Schwangerschaftsvorsorge, Vorsorgeuntersuchungen, Hebamme, Geburtsvorbereitung, Geburt, Entbindung, Geburtsurkunde

Schwangerschaftsabbruch

Schwangerschaftsabbruch

In Deutschland haben Sie das Recht, unter bestimmten Voraussetzungen Ihre Schwangerschaft abubrechen. Ein Schwangerschaftsabbruch kann nur in den ersten zwölf Wochen der Schwangerschaft, nach einer Schwangerschaftskonfliktberatung und in Begleitung eines Arztes vorgenommen werden. Nach den ersten zwölf Wochen ist ein Abbruch nur in Ausnahmefällen möglich.

Wenn Sie jemand zum Schwangerschaftsabbruch zwingen möchte oder Sie Fragen zu einem möglichen Schwangerschaftsabbruch haben, wenden Sie sich an das Hilfetelefon Schwangere in Not: [08004040020](tel:08004040020).

Diakonie Bayreuth | Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

 [Kolpingstraße 1, 95444 Bayreuth](#)

 [@schwangerenberatung@diakonie-bayreuth.de](mailto:schwangerenberatung@diakonie-bayreuth.de)

 [+49 \(0\) 92178517720](tel:+49(0)92178517720)

 <https://www.diakonie-bayreuth.de/einrichtungen/sc...>

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen | Landkreis Bayreuth

 [Markgrafenallee 5, 95448 Bayreuth](#)

 [@katrin.bauer@lra-bt.bayern.de](mailto:katrin.bauer@lra-bt.bayern.de)

 [+49 \(0\) 921728517](tel:+49(0)921728517)

 <https://www.landkreis-bayreuth.de/gesundheitswese...>

Wenn Sie durch sexuellen Missbrauch schwanger geworden sind, können Sie bis zu zwölf Wochen nach der Empfängnis abtreiben lassen. In diesem Fall müssen Sie keine Beratungsstelle aufsuchen. Sie können sich aber kostenlos bei einer Beratungsstelle in Ihrer Nähe beraten lassen. Wenn Ihre körperliche oder psychische Gesundheit durch die Schwangerschaft gefährdet ist, können Sie auch zu einem späteren Zeitpunkt noch abtreiben. Die Gefährdung muss von einem Arzt oder einer Ärztin bescheinigt werden.

Sie sind unter 18 Jahre alt? Sie wollen die Schwangerschaft abbrechen? Dann müssen Ihre Mutter oder Ihr Vater in der Regel zustimmen. Sie sind über 16 Jahre alt? Dann kann die Ärztin oder der Arzt entscheiden, dass Sie die Zustimmung Ihrer Eltern nicht mehr brauchen. Sie sind unter 16 Jahre alt? Dann brauchen Sie in der Regel die Zustimmung eines Elternteils. Sie können oder wollen Ihren Eltern nichts über die Schwangerschaft sagen? Dann wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Die Mitarbeitenden dort werden Ihnen helfen.

Wer bezahlt die Kosten für eine Abtreibung?

Wenn Sie durch sexuellen Missbrauch schwanger geworden sind oder Ihre Schwangerschaft Ihre Gesundheit gefährdet, übernimmt Ihre Krankenkasse oder das Sozialamt die Kosten für die Abtreibung. Wenn Sie Ihre Schwangerschaft aus anderen Gründen beenden möchten, müssen Sie einen Teil der Kosten selbst bezahlen. Ihre Krankenkasse bezahlt in diesem Fall nur die ärztliche Beratung und Betreuung sowie die Medikamente vor und nach dem Eingriff. Die Kosten für die eigentliche Abtreibung müssen Sie selbst bezahlen. Das sind in der Regel zwischen 200€ und 600€. Mehr zu den verschiedenen Möglichkeiten eines Schwangerschaftsabbruchs erfahren Sie in vielen verschiedenen Sprachen auf zanzu.de.

Sie bekommen Leistungen vom Staat? Oder Sie verdienen nur wenig Geld? Dann können Sie die Übernahme der Kosten für die Abtreibung bei Ihrer Krankenkasse oder dem Sozialamt beantragen.

Ich möchte das Kind nicht behalten, aber auch nicht abtreiben. Was kann ich tun?

Wenn Sie Ihr Kind nicht behalten können oder wollen, können Sie Ihr Kind nach der Geburt zur Adoption freigeben. Das Jugendamt übernimmt dann zunächst die Fürsorge für Ihr Kind und kümmert sich um Ihr Kind. Wenn Sie sich dann endgültig dafür entscheiden, dass Sie Ihr Kind nicht selbst großziehen möchten, können Sie es zur Adoption freigeben. Das Jugendamt sucht dann eine fürsorgliche Familie, die Ihr Kind großziehen wird.

Wenn niemand von Ihrer Schwangerschaft erfahren darf, gibt es trotzdem die Möglichkeit, Ihr Kind zur Welt zu bringen. Sie sind dabei auch nicht alleine. Es gibt die Möglichkeit einer sogenannten „vertraulichen Geburt“. Bei einer „vertraulichen Geburt“ können Sie Ihr Kind sicher in einem Krankenhaus zur Welt bringen. Mit Ausnahme einer Beraterin wird niemand Ihren Namen erfahren. Die Beraterin darf mit niemandem über Sie sprechen. So bleiben Sie

unerkannt. Nach 16 Jahren hat Ihr Kind unter Umständen das Recht, Ihren Namen zu erfahren. Abgesehen von Ihrem Kind hat aber niemand das Recht dazu. Die Kosten für die Beratung und die Geburt müssen Sie nicht selbst bezahlen. Wenn Sie eine „vertrauliche Geburt“ möchten, können Sie sich rund um die Uhr unter der Telefonnummer [08004040020](tel:08004040020) oder online an die Beratungsstelle „Hilfetelefon für Schwangere“ (Webseite auf Deutsch) wenden. Die Beratung ist kostenlos und anonym. Die Mitarbeiterinnen dort sprechen viele Sprachen. Alternativ können Sie sich auch an jede Klinik wenden. Die Mitarbeitenden dort wissen, was zu tun ist.

Klinik Hohe Warte

 [Hohe Warte 8, 95445 Bayreuth](#)

 [+49 \(0\) 92140001](tel:+49(0)92140001)

 <https://klinikum-bayreuth.de/>

Klinikum Bayreuth GmbH

 [Preuschwitzerstr. 101, 95445 Bayreuth](#)

 [+49 \(0\) 92140000](tel:+49(0)92140000)

 <https://www.klinikum-bayreuth.de/>

Sana Klinik Pegnitz

 [Langer Berg 12, 91257 Pegnitz](#)

 [+49 \(0\) 92419810](tel:+49(0)92419810)

 <https://www.sana.de/pegnitz>

Trauma und psychische Gesundheit

Was können Anzeichen einer psychischen Erkrankung sein?

- Dir geht es nicht gut.
- Du hast Sorgen.
- Schlechte Erinnerungen oder Gedanken.
- Du hast Heim-Weh.
- Du kannst nicht schlafen.
- Deine Konzentration ist schlecht.
- Du hast oft Angst.

Psychische Krankheiten sind Depressionen, Angst-Störungen, Sucht-Krankheiten oder Traumata. Für psychische Krankheiten gibt es spezielle Ärzte (Doktoren).

Es gibt Hilfe!

Ein **Arzt** kann helfen. Oder ein **Therapeut**. Du kannst auch selbst etwas tun.

Du kannst auch zu Deiner [Migrations-Beratung](#) gehen. Manche Berater können Dir auch bei psychischen Problemen und Traumata helfen.

Informationen und Hilfe zu Trauma:

[1. Refugee Trauma Help](#)

Hier bekommst Du Informationen in vielen Sprachen. Du kannst Dir selbst helfen

2. [Online Psycho-Therapie](#) auf Englisch, Deutsch, Arabisch

3. [Almhar - App für geflüchtete Menschen](#)

Informationen und Übungen zu Schlafproblemen, Stress, depressiven Symptomen und mehr - auf Arabisch, Englisch und Farsi

4. [Trauma-Bilderbuch in vielen Sprachen](#)

Hilfe für traumatisierte Kinder. Was können Eltern machen?

5. Krisendienst Bayern

Hier kannst du 24/7 kostenlos anrufen. Du wirst beraten.

 [08006553000](tel:08006553000)

Schlagworte: psychische Erkrankungen, psychische Gesundheit, Therapie, Psychotherapie, Psychologe, Psychiater, Selbsthilfeangebote, Traumatherapie, Traumatisierung

Behinderung

Menschen mit Behinderung

Jeder Mensch soll in Bayreuth unter den gleichen Bedingungen leben können.

Das Leben von Menschen mit Behinderung soll nicht eingeschränkt sein.

Es gibt deswegen Beratungs-Stellen, Projekte, Betreuung und mehr für Menschen mit Behinderung.

1. Beratungs-Stellen für Menschen mit Behinderung:

⇒ Auf der Seite der Stadt Regensburg gibt es eine Liste von [Beratungs-Stellen](#)

Was? Die Stadt Bayreuth bietet eine offene Beratungsstunde an

Wo?  [Schlossgalerie, Kanalstraße 3, 95444 Bayreuth](#), Zimmer 235

Wann? Alle 2 Wochen Dienstags (Mitte und Ende des Monats), 11 bis 13 Uhr.

Wie? Du musst dich vorher anmelden:

Behindertenbeauftragte Stadt Bayreuth | Frau Bettina Wurzel

 [Luitpoldplatz 13, 95444 Bayreuth](#)

 [@bettina.wurzel@stadt.bayreuth.de](mailto:bettina.wurzel@stadt.bayreuth.de)

 [+49 \(0\) 921251247](tel:+49(0)921251247)

 <https://www.bayreuth.de/rathaus-buergerservice/le...>

2. Bayreuther Beirat für Menschen mit Behinderung:

Der Beirat unterstützt Menschen mit Behinderung in Bayreuth.
Er arbeitet zusammen mit Einrichtungen der Behinderten-Hilfe.

3. Projekte und Förderung:

- Deutschland-weit studieren mit Behinderung: [Barriere-frei studieren](#)
- Karte rollstuhl-gerechter Orte: Wheelmap.org
- [Ratgeber für Menschen mit Behinderungen](#)
- [Wegweiser der Stadt Bayreuth](#)

Bei weiteren Fragen wende Dich an:

Fachstelle Inklusion

 [Luitpoldplatz 13, 95444 Bayreuth](#)

 [@margit.lebershausen@stadt.bayreuth.de](mailto:margit.lebershausen@stadt.bayreuth.de)

 [+49 \(0\) 921251772](tel:+49(0)921251772)

 <https://www.bayreuth.de/rathaus-buergerservice/le...>

Verhütung und Familienplanung

Familienplanung/Verhütung

Wenn Du

- nicht schwanger werden willst
- Dich vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützen willst

.....musst du beim Sex ein Verhütungs-Mittel benutzen. Zum Beispiel Kondome.

Es gibt viele verschiedene Verhütungs-Mittel. Manche kosten mehr Geld als andere. Die Verhütungs-Mittel funktionieren unterschiedlich. Informiere dich! Wenn du nicht sicher bist, welches Verhütungs-Mittel gut für dich ist, frage einen Arzt.

[Hier](#) findest du Informationen zu Verhütung in vielen Sprachen.

ACHTUNG:

Nur Kondome können Dich vor Geschlechtskrankheiten schützen!
Kein Verhütungs-Mittel ist zu 100% sicher!

Kosten für Verhütung

Für Frauen, die jünger als 23 Jahre sind, bezahlt die Kranken-Kasse Geld für Verhütung. Du musst nur einen kleinen Teil selbst bezahlen.

Wenn du wenig Geld hast, kann die Stadt Bayreuth die Kosten für Verhütung übernehmen. Du musst einen Antrag beim [Sozial-Amt](#) stellen.

Schlagworte: Verhütungsmittel, Kontrazeption, Kondome, Pille, Anti-Baby-Pille, sexuell übertragbare Krankheiten, STI, Schwangerschaft verhindern, safer sex

Kinder-Gesundheit

Kranken-Versicherung für Kinder

Die Kranken-Versicherung für Dein Kind kostet normalerweise kein Geld: „familien-versichert“.
Dein Kind bekommt eine Versicherten-Karte.
Du musst die Versicherten-Karte für Dein Kind zum Arzt mitnehmen.
Du musst für Dein Kind beim Arzt kein Geld zahlen.

Kinder-Arzt

Für Kinder gibt es spezielle Ärzte: Kinder-Ärzte (Ärzte für Pädiatrie).
Sie kennen sich mit Kinder-Gesundheit aus.
Suche einen Kinder-Arzt für Dein Kind aus.
⇒ [Hier](#) findest Du Kinder-Ärzte in Bayreuth.

U-Untersuchungen (=Kinder-Vorsorge-Untersuchungen)

Du musst mit Deinem Kind regelmäßig zum Arzt gehen.
Die U-Untersuchung ist gut für die Gesundheit von Deinem Kind.
Die Kranken-Kasse zahlt die U-Untersuchungen.
Du bekommst ein Untersuchungs-Heft (gelb).
Nimm das Untersuchungs-Heft zu den Untersuchungen mit!

Was sind die U-Untersuchungen?

Für die U-Untersuchung musst du für Dein Kind einen Termin beim Arzt machen.

Der Arzt untersucht:

- Beweglichkeit
- Geschicklichkeit
- Sprechen und Verstehen
- soziales Verhalten

Er berät zu verschiedenen Themen:

- Impfungen
- Unfall-Verhütung
- Zahn-Gesundheit
- Ernährung
- andere Probleme und Sorgen, die Du über die Entwicklung Deines Kindes hast

Wichtig: die Untersuchung muss zu einem bestimmten Zeit-Punkt gemacht werden!

⇒ **[Hier kannst Du sehen, wann Dein Kind zur Untersuchung muss.](#)**

Die U-Untersuchungen sind Früh-Erkennungs-Untersuchungen.

Das heißt: wenn Dein Kind krank ist kann die Krankheit früh festgestellt und behandelt werden.

Der Arzt schaut nach, ob sich Dein Kind richtig entwickelt (zum Beispiel: Wie gut kann es sprechen?)

Dein Kind kann unterstützt und gefördert werden.

Impfen

Der Kinder-Arzt kann Dein Kind impfen.

(Impfung = Schutz vor einer Krankheit)

Frag den Kinder-Arzt.

Die Kranken-Kasse bezahlt die Impfung für Kinder.

⇒ **[Empfohlene Impfungen für Kinder](#)**

Mein Kind ist traumatisiert, was kann ich tun?

⇒ **[Hier findest Du wichtige Informationen für Eltern.](#)**

Es gibt die Sprachen Deutsch, Englisch, Arabisch, Farsi, Kurdisch

Schlagworte: Familienversicherung, Vorsorge, Vorsorgeuntersuchungen, gelbes Untersuchungsheft, U-Heft, Kinderarzt, U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U7a, U8, U9, kindliche Entwicklung, Kindergesundheit

Notfall

Notfall

Ein Notfall ist zum Beispiel eine Krankheit oder Verletzung.
Im Notfall brauchst Du sofort einen Arzt, wenn Du zum Beispiel

- sehr hohes Fieber hast.
- einen Knochen gebrochen hast.
- eine starke Blutung hast.
- nicht atmen kannst.
- etwas giftiges konsumiert hast.
- bewusstlos (=ohnmächtig) bist.

**Im Notfall kannst Du immer in die Klinik gehen.
Die Klinik hat eine Not-Aufnahme.**

Im Notfall rufst Du um Hilfe (= Not-Ruf):

 [112](#)

Der Not-Ruf kostet **kein Geld**.

Du kannst den Not-Ruf mit jedem Telefon anrufen.

Ein Krankenwagen kann schnell bei Dir sein.

Notruf - was musst Du machen?

Bleib ruhig!
Höre gut zu!
Beantworte Fragen!

Du musst sagen:

- **Wo** ist der Patient?
- **Was** ist passiert?
- **Wie** geht es dem Patient?

Wichtige Telefon-Nummern für Notfälle:

- Polizei, Feuer-Wehr, Rettungs-Wagen, Gift-Notruf
- Not-Dienst Arzt, Not-Dienst Apotheke
- Hilfe für Frauen und Kinder
- Psychische Hilfe

⇒ Schau bei "[Hilfe im Notfall](#)"

Erste Hilfe

Du siehst einen Menschen in Not:
Hilf dem Menschen!
Du kannst Leben retten.

Du kannst einen Erste-Hilfe-Kurs machen.
Im Kurs lernst Du wie Du anderen im Notfall hilfst.

⇒ Video 1: was musst Du im Notfall tun? [Erste-Hilfe](#)

⇒ Video 2: [Erste-Hilfe im Notfall](#)

⇒ [Hier](#) findest Du Erste-Hilfe-Kurse in Regensburg!

Schlagworte: Rettungsdienst, Krankenwagen, Notfall, Lebensgefahr, Erste Hilfe, Notruf

Wer kann mir helfen? Beratung zu Gesundheit und Krankheit

In Bayreuth gibt es viele Beratungsstellen:

Du hast ein Problem? Du brauchst jemanden zum Reden?
Hat deine Familie ein Problem? Kennst du jemanden, der ein Problem hat?

Du bist nicht allein!

Klick auf die Links! Hier findest Du:

- Ansprech-Partner
- Öffnungszeiten
- Telefonnummern
- Adressen

1. Beratung für Schwangerschaft

Du bist schwanger? Du brauchst Hilfe oder hast Fragen? Diese Stellen können Dir helfen:

[Diakonie Bayreuth](#)

[Caritas Schwangerschaftsberatung Bayreuth](#)

Du weißt nicht, ob Du das Baby behalten willst?
Dann sprich mit deinem Arzt darüber oder wende dich an Beratungsstellen:

- Vital- Beratung für Schwangere ☎ [08003699963](tel:08003699963)
- Schwanger in Not ☎ [08004040020](tel:08004040020)

2. AIDS-Beratung

Du hast AIDS? Du brauchst Hilfe oder hast Fragen zur Krankheit?
Die Links können Dir weiterhelfen:

[Aids-Beratungs-Stelle Diaokonie Bayreuth](#)

3. Psycho-Soziale Beratung

Du hast psychische Probleme? Du hast soziale Probleme? Du brauchst einen Rat?
Hier findest Du Hilfe:

[Diakonie Bayreuth](#)

[Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V.](#)

Telefon-Seel-Sorge Bayreuth ☎ [08001110111](tel:08001110111) ☎ [08001110222](tel:08001110222)

[Trauma Beratung \(kostenlos\)](#)

4. Behinderung

[Diakonie Bayreuth](#)

5. Sucht-Beratung

Du bist süchtig oder hast eine Essstörung? Diese Stellen können Dir helfen:

[Sucht-Beratung der Diakonie Bayreuth](#)

MiMi - Mit Migranten für Migranten (MiMi-Bayern)

MiMi - Hilfe für Migranten im Gesundheitssystem

Kommst du aus einem anderen Land und lebst in Bayreuth?
Möchtest du das deutsche Gesundheitssystem besser verstehen?

Dann ist MiMi genau das Richtige für dich!

Was ist MiMi?

- MiMi bedeutet: "Mit Migranten für Migranten"
- Das Programm hilft Menschen mit Migrationsgeschichte beim Thema Gesundheit
- Alle Angebote sind kostenlos

So hilft MiMi:

- Du kannst eine Schulung machen und Gesundheits-Lotse werden
- Dann gibst du dein Wissen an andere weiter
- Die Kurse gibt es in vielen Sprachen

Themen der Kurse

- Gesundheit & Vorsorge
- Diabetes

- Corona
- Impfungen
- Medikamente richtig nutzen
- Untersuchungen zur Krankheitsvorsorge

- Gesunde Lebensweise
 - Gesunde Ernährung & Bewegung
 - Ernährung & Bewegung für Kinder

- Familie & Gesundheit
 - Familienplanung & Schwangerschaft
 - Kindergesundheit

- Gefahren erkennen
 - Alkohol und seine Risiken

Wer kann einen Kurs buchen?

- Krankenhäuser & Arztpraxen
- Schulen & Kindergärten
- Eltern & Familienzentren
- Seniorengruppen
- Interkulturelle Einrichtungen

Möchtest du eine kostenlose Info-Veranstaltung?

Dann melde dich hier!

Ibukun Kousse mou | Integrationslotsenbüro

 [Luitpoldplatz 13, 95444 Bayreuth](#)

 [@ibukun.kousse mou@stadt.bayreuth.de](mailto:ibukun.kousse mou@stadt.bayreuth.de)

 [+49 \(0\) 921251740](tel:+49(0)921251740)

 <https://www.bayreuth.de/rathaus-buergerservice/le...>

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08.00 – 16.30 Uhr und nach Terminvereinbarung