

# Diverse informasjon om legevaktordninga i Noreg

## (utarbeidd av Helsedirektoratet)

### Nasjonalt legevaktnummer 116 117

Alle kommunar i Noreg har ei legevaktordning for øyeblikkeleg helsehjelp heile døgnet. Når du ringjer 116 117 kjem du i kontakt med legevaktsentralen i området der du oppheld deg. Er det akutt og står om liv, ring 113.

#### Når du treng legehjelp: Kven skal du ringja?

Fastlegen eller fastlegekontoret du høyrer til er din hovudkontakt inn i helsetenesta. Dersom det er mogeleg, bør du alltid ringja fastlegen først.

#### Når du treng legehjelp: Kven skal du ringja?

**Fastlegen** din i opningstida

**Legevakt 116117** når fastlegen ikkje er tilgjengeleg og hjelpa ikkje kan venta

**113** når det er akutt og står om liv

#### Fastlegen kan også gje hjelp raskt

Dersom du treng hjelp på dagtid, skal du først ringja fastlegen eller fastlegekontoret du høyrer til. Fastlegen vurderer kor mykje det hastar, og kan vanlegvis gje deg ein time same dag dersom situasjonen krev det. Du skal alltid kontakta fastlegen når det gjeld sjukemelding, fornying av resept og varige og kjende plager utan akutt forverring.

#### Kva kan legevakta gjera for deg

Når du ringjer det sekssifra nummeret 116 117 kjem du i kontakt med legevaktsentralen i området der du oppheld deg. Legevakta skal tilby hjelp til det som ikkje kan vente når fastlegekontoret ditt er stengt. Legevakta skal også hjelpa deg når du ikkje er i nærleiken av fastlegen din, for eksempel på ferie eller reise. Dersom du trur det er akutt og står om liv, ringjer du medisinsk nødhjelp 113.

Legevakta i Noreg er ulikt organisert. I alle kommunar skal det alltid vera minst ein lege på vakt. Når du brukar legevakttenester, skal du betala ein eigenandel.

Dei fleste stadar i landet er det forventa at du ringjer legevaktsentralen for vurdering for gjera avtale om oppmøte. Ofte kan gode råd på telefon vera nok.

Når du kjem til legevakta, må du alltid ta kontakt med personalet, slik at dei kan gjere ei rask vurdering av kor mykje det hastar. Dersom du må venta, er det fordi andre treng hjelp raskare. For å kunne hjelpa deg på best mogeleg måte, treng legevakta opplysingar om personalia, adresse, kvifor du tek kontakt, tidlegare sjukdommar, og kva medisin du nyttar.

Eksempel på tilstandar det kan vera fornuftig å ta kontakt med legevakta om:

- Høg feber – særleg hjå barn
- Moderate pustevanskar
- Akutt sjukdom eller alvorleg forverring
- Slapt og medteke barn eller tilsvarande symptom hjå vaksne.
- Alvorleg psykisk sjukdom
- Mistanke om komplikasjonar i svangerskap
- Kuttskadar som må syast
- Mistanke om brot

### **Slik kjem du i kontakt med legevakta**

Ring det sekssifra nummeret 116 117 eller det lokale legevaktnummeret. Begge vert svara døgnet rundt ved legevaktsentralen.

Hvis du treng å koma i kontakt med legevakta ein annan stad i landet enn der du oppheld deg, kan du bruka det lokale nummeret. Sjekk kommunen si nettside eller nummeropplysningstenestene.

### **Når skal du ringja 113**

**Ved ulukker og alvorlege hendingar der du treng akutt helsehjelp, skal du ringja 113. Har du eitt av desse symptoma skal du alltid kontakta medisinsk nødhjelp 113:**

- Nye lammelsar i ansikt, arm eller underekstremitet
- Nytilkomne språkforstyringar, finn ikkje ord eller utydeleg tale
- Uforklarleg og plutseleg ustø
- Om ein person er medvitslaus eller har nedsett medvit
- Brystsmerter i meir enn fem minutt
- Bruk av hjertemedisinen nitroglyserin gjev mindre effekt enn til vanleg
- Uventa ubehag i brystet, generell uvel og kvalme