



## Få gode råd om sygdom og sundhed

### Patienthåndbogen

Bliv klogere på sygdomme og symptomer:  
[www.patienthaendbogen.dk](http://www.patienthaendbogen.dk).

### Er dit barn sygt?

Bliv klogere på sygdomme, som oftest ses hos børn:  
[www.foraeldrevejledninger.rm.dk](http://www.foraeldrevejledninger.rm.dk).

### Akuthjælp App

Få overblik over skadestuer, lægevagt, tandlægevagt, akut psykiatrisk hjælp og apoteker i hele landet. Find app'en i App Store eller på Google Play.

### 112 App

Start et opkald til alarmcentralen og send mobilens GPS-kordinater afsted. Find app'en på App store, Google Play eller Windows Phone Store.

## Akut hjælp i Region Midtjylland



### Alarm 1-1-2

Ring 112 ved alvorlig ulykke eller livstruende sygdom. Her får du kontakt til en sundhedsfaglig medarbejder, som sørger for hjælp.



### Egen læge og lægevagt

Ved akut sygdom og skade skal du ringe først. Hverdage 8 - 16: **Ring til egen læge.** Fra kl. 16 til 8 om morgenen, weekend og helligdage: **Ring til lægevagten** på 70 11 31 31.

Egen læge eller lægevagten henviser til skadestuen, hvis det er nødvendigt.



### Akut psykiatrisk hjælp

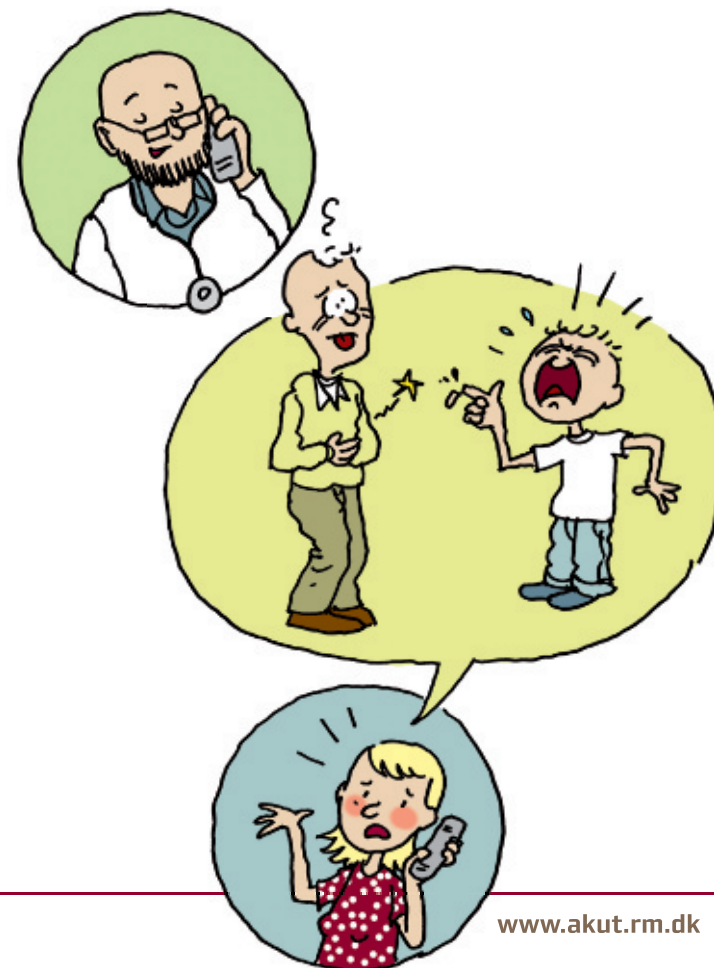
Ved behov for akut psykiatrisk hjælp skal du ringe til din egen læge eller lægevagten på 70 11 31 31, som kan henvide dig til psykiatrisk modtagelse.

Psykiatrisk rådgivningstelefon **78 470 470** kan døgnet rundt give dig råd og vejledning ved akut psykisk krise.



# Din egen læge er bedst

– brug lægevagten med omtanke



## Lægevagten er kun den næstbedste løsning

Fordi din egen læge kender dig bedst og har din journal, får du her den bedste vejledning og behandling – også når det haster.



## Vidste du, at din egen læge

- altid er klar til at hjælpe dig på hverdage mellem 8 - 16
- har et akutnummer, når du har et problem, der ikke kan vente til i morgen.

### Hvis det ikke kan vente ...

Brug kun lægevagten, hvis du er blevet pludselig syg, din sygdom er forværret, eller du er kommet til skade.

### Vidste du ...

Lægevagten har også myldretid:  
Hverdage 16 - 18 og weekend 10 - 12.

### Husk at ...

Du skal kontakte din egen læge, hvis du skal have fornyet recepter.

## Du kan altid få fat i en læge – døgnet rundt

Hvis du bliver syg eller kommer til skade, skal du



**ringe til din egen læge**  
8 - 16 på hverdage



**ringe til lægevagten**  
fra 16 - 8 på hverdage og i weekend og helligdage



**70 11 31 31**

