

## Nasjonalt Legevaktsnummer



### Nyttige telefonnummer:

Giftinformasjonen	Tlf. 22 59 13 00
RUS-telefonen	Tlf. 08 588
Mental Helse	Tlf. 11 61 23
Kirkens SOS	Tlf. 22 40 00 40

### Helgeland Overgrepsmottak

Legevakten har et eget tilbud til ofre for voldtekt og overgrep. Tjenesten er gratis. Overgrep kan skje i alle aldre og mot begge kjønn. Ta kontakt snarest etter overgrepet.

**Døgntelefon: 75 12 06 00**

**BRANN**  
FIRE



**110**

BRANN, ULYKKER OG  
AKUTT FORURENSNING

**POLITI**  
POLICE



**112**

POLITI OG  
REDNINGSSENTRAL

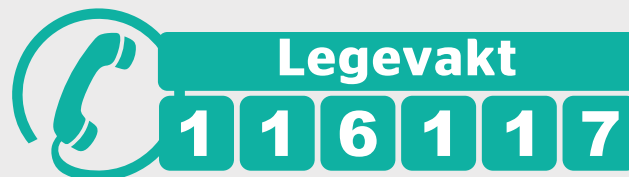
**MEDISINSK  
NØDHJELP**  
MEDICAL EMERGENCIES



**113**

NÅR LIV OG HELSE STÅR PÅ SPILL  
LEGE / AMBULANSE

## Nasjonalt Legevaktsnummer



### Besøksadresser til kommunale legevakter tilhørende Legevaktsentralen på Helgeland:

#### ALSTAHAUG LEGEVAKT:

Sandnessjøen Helsesenter,  
Håreks gate 37, 8800 Sandnessjøen

#### LEIRFJORD LEGEVAKT:

Helsesenteret, Leland, 8890 Leirfjord

#### HERØY LEGEVAKT:

Herøy Helsesenter, Nesveien 10, 8850 Herøy

#### DØNNA LEGEVAKT:

Solfjellsjøen, 8820 Dønna

#### BRØNNØYSUND LEGEVAKT:

Skulesvei 13, 8904 Brønnøysund

#### SØMNA LEGEVAKT:

Legekantoret Sømna, Vik, 8920 Sømna

#### HATTFJELLDAL LEGEVAKT:

Nyborgveien 2, 8690 Hattfjelldal

#### GRANE LEGEVAKT:

Helsesenteret, Industriveien 2, 8680 Trofors

#### VEVELSTAD LEGEVAKT:

Forvikveien 135, 8976 Vevelstad

#### VEGA LEGEVAKT:

Torvåsmyra 1, 8980 Vega

#### NESNA LEGEVAKT:

Movegen 24, 8700 Nesna

#### VEFSN LEGEVAKT:

Vefsnvegen 27, 8656 Mosjøen

## Nasjonalt Legevaktsnummer



### Gratis å ringe



### General Practitioner Out-Of-Hours Services Toll Free Number

**1 1 6 1 1 7**

Når liv og helse står på spill  
Ring medisinsk nødnummer

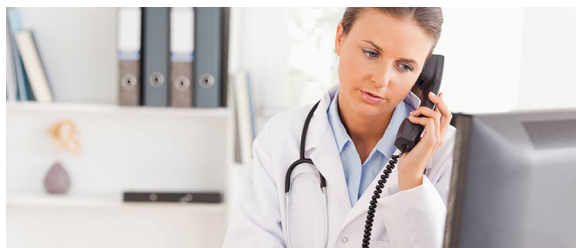
In case of a medical  
emergency, please call

**113**

## Når du trenger legehjelp:

### Hvem skal du ringe?

- Fastlegen din i åpningstiden.
- Legevakt 116117 når fastlegen ikke er tilgjengelig og hjelpen ikke kan vente.
- 113 når det er akutt og står om liv.



Legevaktens oppgave er å gi deg hjelp med helseproblemer som ikke kan vente til vanlig kontortid. Her er noen eksempler:

- Smerter i brystet eller magen
- Pustevansker
- Akutt sykdom eller alvorlig forverring
- Nedsatt allmenntilstand hos barn
- Alvorlig psykisk sykdom
- Mistanke om komplikasjoner i svangerskap
- Kuttskader som må sys

**OBS: Ved akutte pustevansker, brystmerter, eller mistanke om hjerneslag ring: 113**

### Før du kommer til Legevakten

Dette setter vi pris på om du har med deg:

- Oversikt over faste medisiner som du bruker
- Frikort eller kvitteringskort for egenandeler (hvis du har)
- Relevante medisinske papirer (rapporter fra sykehus eller liknende)
- Legitimasjon

## Hvis du må vente, er det fordi andre trenger hjelpen raskere

På legevakten hjelper vi alltid de sykeste først. Pågangen varierer, og legen kan også bli kalt ut til akutte hendelser. Derfor kan vi ikke gi deg en fast time. Hvis du må vente, er det fordi vi prioriterer andre som kanskje er i livsfare.



## Fastlegen kan også gi hjelp raskt

Hvis du trenger hjelp på dagtid, skal du ringe fastlegen din og spørre om du kan få en time.

Fastlegen vurderer hvor mye det haster, og kan vanligvis gi deg en time på dagen hvis situasjonen krever det. Du skal alltid henvende deg til fastlegen din når det gjelder:

- Sykemelding
- Fornyng av resept
- Varige plager uten akutt forverring

Når liv og helse står på spill  
Ring medisinsk nødnummer

In case of a medical  
emergency, please call



## Legevakten er ikke ment for deg som har en vanlig forkjølelse eller sykdom over flere dager uten akutt forverring

### Når du trenger legehjelp:

#### Hvem skal du ringe?

- Fastlegen din i åpningstiden.
- Legevakt 116117 når fastlegen ikke er tilgjengelig og hjelpen ikke kan vente.
- 113 når det er akutt og står om liv.

#### Ring og spør dersom du er usikker.

Vi er her for å hjelpe deg! Sammen kan vi finne ut hvilken hjelp du trenger. I mange tilfeller vil vi kunne hjelpe deg på telefon, så du slipper å reise til legevakten. For å kunne hjelpe deg på best mulig måte trenger vi ofte informasjon om tilstanden din, eventuell feber, om tidligere sykdommer og faste medisiner.

#### Dette kan være lurt å ha i huset:

- Termometer
- Febernedsettende stikkpiller/tabletter til barn
- Smertestillende tabletter
- Nesespray
- Plaster/bandasje
- Førstehjelpsutstyr for brannskader

### Telefonrådgivning er gratis!

*Hilsen fra oss på  
Legevaktsentralen  
på Helgeland*