



Dansk Sundhedssikring

Du har via dit medlemskab af Danske Soloselvstændige tegnet en sundhedsforsikring hos Dansk Sundhedssikring. Nedenfor kan du læse om, hvordan du kan bruge forsikringen og den tilhørende sundhedsfaglige vejledning fra vores læger og sygeplejersker. Denne information skal ses i sammenhæng med vores gældende forsikringsbetingelser. Se også www.ds-sundhed.dk.

I Dansk Sundhedssikring har vi en aktiv tilgang til behandling. Udover at hjælpe dig til behandling så hjælper vi dig også med viden om smerter og forslag til øvelser, så du kan få det bedre fremadrettet.



Hospitalsbehandling og speciallæge

- ✓ SundhedsNavigator med sundhedsfaglig vejledning til alle behandlingskrævende helbredsproblemer – også dem som ikke kan løses via forsikringsdækningerne. Det omfatter hjælp til navigation og tovholderfunktion igennem sundhedssystemet.
- ✓ Hurtig undersøgelse og behandling hos speciallæge og på hospitaler – offentlig eller privat – alt efter hvad du fejler og mulighederne. Behandlingsgaranti 10 arbejdsdage
- ✓ Personligt tilpasset cancerprogram med anbefalinger inden for behandling af cancer. Rådgivning og støtte både under og efter et kræftforløb, samt et personligt sundhedsprogram ved senfølger efter kræft, til håndtering af livet post cancer.



Behandling til psykiske udfordringer

- ✓ Behandling hos psykolog, psykoterapeut eller trepartssamtaler med erhvervspsykolog.
- ✓ 10 ugers onlinebaseret stresshåndteringsforløb med en tilknyttet terapeut/psykolog.
- ✓ Forebyggende stresslinje og trivselslinje til private og arbejdsrelaterede trivselsproblemer.
- ✓ Rådgivning til unge (16-27 år) med fortrolige samtaler om bl.a. stress, angst, ensomhed, spiseproblemer, lavt selvværd eller problemer med familie/skole/venner.
- ✓ Særligt forløb til børn med psykisk mistrivsel.
- ✓ Akut psykologisk krisehjælp.

*Når vi stiller spørgsmål til dine symptomer,
er det for at kunne hjælpe dig bedst muligt*

Fysiske behandlinger til lidelser i bevægeapparatet

- ✓ Behandling hos fysioterapeut og kiropraktor til nyopståede skader uden krav om henvisning fra egen læge.
- ✓ Behandling hos zoneterapeut, akupunktør og osteopat.



Øvrige dækninger

- ✓ Rådgivning om misbrugsbehandling og behandling i privat og offentligt regi.
- ✓ Behandling hos diætist.
- ✓ Second opinion ved livstruende sygdom eller særlig risikofyldt behandling.
- ✓ Måltrettet rådgivning og hjælp til kvinder og mænd i overgangsalderen.
- ✓ Personligt sundhedsprogram og rådgivning om kost, motion og livsstilsintervention til overvægtige gravide.
- ✓ Telefonisk rådgivning ved personlig graviditetsrådgiver under graviditeten og i den første tid efter fødslen.
- ✓ Personligt sundhedsprogram ved overvægt og livsstilssygdomme.



Portal hos Dansk Sundhedssikring

Du modtager et velkomstbrev i din e-Boks. Du kan herefter logge ind på portalen "[Mit DSS](#)" med dit MitID.

I portalen kan du se dine personlige oplysninger og forsikringsdækninger samt anmelde en skade. Vi har aktiv skadebehandling alle årets dage, hverdage 8-15 og 9-11 i weekenden og på helligdage. Der er døgnadgang til akut psykologisk krisehjælp.



Du kan også forsikre din familie

Du kan også tegne sundhedsforsikring til din ægtefælle/samlever og dine børn i alderen 0-27 år. Du kan tilmelde familien online via portalen. Faktura for familien vil blive sendt til din e-mail/hjemmeadresse.



Når du skal bruge din sundhedsforsikring

Sygeplejersken hjælper dig med at finde ud af hvilken behandling, der er den rigtige for dig. Du skal altid kontakte os inden du går til behandling. Vi anbefaler at du anmelder din skade online via [Mit DSS](#), da det er den hurtigste og nemmeste måde at registrere de nødvendige oplysninger. Anmeldte skader behandles hurtigt og i de fleste tilfælde fra dag til dag. Du kan også ringe til sundhedsteamet på tlf. **70206121**.

*Når vi stiller spørgsmål til dine symptomer,
er det for at kunne hjælpe dig bedst muligt*