



# Sådan kan du bruge PensionDanmark Sundhedsordning

## Hvad er problemet?

## Sådan får du hjælp



### Smerter eller skader

Fx ryg, knæ skuldre eller hofter.



### Bestil din behandling på pension.dk

Du bestiller tid online eller ringer på 7010 0806. Du kan fx blive behandlet af en fysioterapeut, kiropraktor eller massør.



### Psykiske problemer

Fx stress, depression, skilsmisse eller dødsfald.



### Ring på 7010 0806 og tal med en psykolog

Du kan få personlige samtaler, hvis psykologen vurderer, at det er nødvendigt. Du kan ringe døgnet rundt.



### Misbrug og afhængighed

Fx ludomani, afhængighed af alkohol, medicin eller stoffer.



### Ring på 7010 0806 og tal med en rådgiver

Du får gode råd til at slippe af med afhængighed. Du kan ringe døgnet rundt.



### Ukendt sygdom

Kom hurtigt til undersøgelse, hvis du bliver syg.



### Send os din henvisning via pension.dk

Når du har sendt os din lægehenvielse, sørger vi for, at du kommer til undersøgelse hurtigst muligt.



### Syg længe eller tit syg?

Få svar på dine spørgsmål om sundhed og sygdom.



### Få fortrolig rådgivning på 7012 1335

Du får gode råd om, hvad frit sygehusvalg og behandlingsgaranti betyder for dig. Du kan ringe alle hverdage fra 8 til 21.

## Tag testen

Svar på spørgsmål om dig og dine vaner på pension.dk og få tilbud om hjælp fra din sundhedsordning.