



# Hvert á ég að leita?

Til að fá viðtal hjá lækni er hægt að panta á [www.heilsuvera.is](http://www.heilsuvera.is) eða hringja í síma 432-2000 alla virka daga milli kl. 08:00-18:00, laugardaga frá kl. 10:00-14:00 og sunnudaga frá kl. 10:00-14:00.

Vakin er athygli á því, að ef óskað er eftir tíma hjá skráðum heimilislækni getur verið nokkur bið. Hægt er að bóka tíma hjá öðrum læknum á heilsugæslustöðinni til að flýta þjónustunni.

**Ef þörf er á bráðþjónustu skal leita til bráða- og slysamóttöku eða hringja í 112**

## BRÁÐA- OG SLYSAMÓTTAKA

Bráða- og slysamóttaka HSU er sólarhringsvakt lækni og hjúkrunarfræðings.  
Bráða- og slysamóttökur eru á Selfossi og í Vestmannaeyjum

Áður en þú tekur ákvörðun um að leita til bráðamóttöku lestu yfir eftirfarandi atriði hér að neðan til að meta hvort erindi þitt eigi heima þar. Ef erindi þitt er eitt af eftirfarandi þá getur þú gefið þig fram í móttöku, hægt er að leita til bráðamóttöku allan sólarhringinn.

**Þeir sem leita á bráðamóttöku verða metnir af reyndum hjúkrunarfræðingi eins fljótt og mögulegt er. Þeim sem hjúkrunarfræðingur metur ekki í þörf fyrir bráðameðferð verður beint á heilsugæsluna.**

**Inn á bráðamóttöku er forgangsraðað þannig að alvarlegustu tilfellin ganga fyrir og minna veikir einstaklingar bíða.**

**Mikilvægt er að minna veikir og fólk með langvarandi einkenni leiti til heilsugæslunnar svo starfsfólk bráðamóttöku hafi tíma og svigrúm til að sinna bráðveikum og slösuðum.**

**Lífshótandi, alvarleg veikindi sem þarf að sinna tafarlaust. Dæmi:**

- Skyndileg mæði, meðvitundarskerðing/breyting á meðvitundarástandi
- Bráðir brjóstverkir, bráðir kviðverkir eða bráðir bakverkir
- Hratt versnandi bólgur og sýkingar
- Krampar
- Geðrofseinkenni og/eða sjálfsvígshugsanir
- Blóðtappar
- Bráðaofnæmi
- Hætta á andnauð eða líffærabilun

**Við slys eða stærri áverka. Dæmi:**

- Höfuðáverkar
- Stærri sár og skurðir
- Brotin bein
- Liðhlaup
- Hætta á innvortis blæðingum
- Háorkuáverkar (mikil hæð, mikill hraði)
- Miklir skyndilegir verkir

**Í vafatilfellum skal hringja í  
upplýsingasímann 1700**





# HEILSUGÆSLA - SELFOSSI

## SÍMATÍMI HJÁ HJÚKRUNARFRÆÐINGI

Boðið er upp á símaviðtal við hjúkrunarfræðing fyrir þá sem eru skráðir á heilsugæsluna á Selfossi. Aðrir skulu leita til sinnar heilsugæslu ef kostur gefst. Bendum einnig á símanúmerið 1700.

### Hvernig bóka ég tíma?

- Hringir í síma 432-2000 á milli 08:00-10:00

Hjúkrunarfræðingur hringir til baka á milli 08:00-16:00 samdægurs til að fá upplýsingar um ástæðu þess að viðkomandi þarfnast þjónustu. Út frá þeim upplýsingum metur hann hvernig bregðast skuli við, aðstoðar gegnum síma og býður upp á viðeigandi úrræði. Hjúkrunarfræðingur metur hvort viðkomandi þarfnast tafarlausrar þjónustu læknis, forgangsraðar og hefur milligöngu um að sú þjónusta sé veitt samdægurs sé þess þörf.

### Fyrir hvaða erindi?

- Öll bráð erindi

## BÓKA TÍMA HJÁ HJÚKRUNARFRÆÐINGI

Boðið er upp á tíma hjá hjúkrunarfræðingi á Selfossi á milli kl. 08:00-16:00 alla virka daga.

Tímarnir eru ætlaðir þeim sem eru skráðir á heilsugæsluna í Árborg.

Aðrir skulu leita til sinnar heilsugæslu ef kostur gefst.

### Hvernig bóka ég tíma?

- Hringir í síma 432-2000 á milli kl. 08:00-16:00 alla virka daga

### Fyrir hvaða erindi?

- Sáraskipti, saumatökur
- Lyfjagjafir (t.d. járngjafir, getnaðarvörn, b12, testosterón o.fl.)
- Blóðaftappanir
- Bólusetningar (ferðamanna og barna)
- Vörtumeðferð
- Eyrnaskol

## DAGVAKT

Dagvakt hjúkrunarfræðings á Selfossi er opin vakt frá kl. 08:00-12:00 (yfirleitt orðið fullt ekki seinna en kl. 9:30) og er ætluð þeim sem eru skráðir á heilsugæsluna í Árborg. Aðrir skulu leita til sinnar heilsugæslu ef kostur gefst.

Á dagvakt er hægt að fá tíma hjá hjúkrunarfræðingi sem metur hvort erindið þurfi einnig aðkomu læknis.

### Hvernig bóka ég tíma?

- Hringja í síma 432-2000 fyrir kl. 10:00 á morgnana og fá samband við hjúkrunarfræðing vegna bráðatilfella
- Mæta og gefa sig fram í móttöku/móttökustand

**Hver tími er 10 mínútur og einungis hægt að ræða eitt erindi**

### Fyrir hvaða erindi?

- Eitt bráðerindi
- Eyrnabólgur
- Hósta
- Öndunarfæra-, þvagfæra-, og augnsýkingar
- Aðrar nýtilkomnar sýkingar
- Hækkaðan blóðþrýsting
- Fótasár eða önnur minniháttar sár
- Langvarandi einkenni (t.d. verki, kláða, hægðavandamál, kvíði og depurð)
- Kynsjúkdómar
- Önnur bráð erindi sem ekki eiga við á bráðamóttöku

# SÍÐDEGISMÓTTAKA

Síðdegismóttakan á Selfossi er opin öllum einstaklingum óháð búsetu á milli kl. 16:00-18:40.

Á síðdegismóttökunni er hægt að fá tíma hjá lækni.  
Hver tími er 10 mínútur og aðeins rými fyrir eitt erindi.

Hver tími er 10 mínútur og einungis  
hægt að ræða eitt erindi

## Hvernig bóka ég tíma?

- Hjúkrunarfræðingar bóka tíma á síðdegisvaktina í gegnum símaviðtöl (Sjá: Símatími hjá hjúkrunarfræðingi)
- Einnig er hægt að hringja í síma 432-2000 eftir kl. 11:00 alla virka daga og athuga hvort sé laus tími á síðdegismóttökuna. Bókanir hjúkrunarfræðinga úr símaviðtölum ganga fyrir.

## Fyrir hvaða erindi?

- Öll erindi sem eiga ekki heima á bráðamóttöku

## HELGARMÓTTAKA

Helgarmóttaka á Selfossi er opin á laugardögum og  
sunnudögum frá kl. 10:00-14:00.

Helgarmóttakan er opin öllum einstaklingum óháð  
búsetu. Á helgarvaktinni er hægt að fá tíma hjá lækni.

## Hvernig bóka ég tíma?

- Hringja í síma 432-2000 eftir kl. 17:00 á föstudögum  
eða kl. 10.00 á laugardags- og sunnudagsmorgnum

## Fyrir hvaða erindi?

- Öll erindi sem eiga ekki heima á bráðamóttöku

Hver tími er 10 mínútur og einungis  
hægt að ræða eitt erindi

## HRAÐMÓTTAKA LÆKNA

Hraðmóttaka á Selfossi er opin á milli 13-16 alla  
virka daga.

Hraðmóttakan er ætluð þeim sem eru skráðir á  
heilsugæsluna í Árborg. Aðrir skulu leita til sinnar  
heilsugæslu ef kostur gefst.

## Hvernig bóka ég tíma?

- Einungis hjúkrunarfræðingur getur bókað tíma á  
hraðmóttökunni. Þú hringir í 432-2000 og bókar  
símaviðtal hjá hjúkrunarfræðingi sem metur hvort  
þörf sé á tíma hjá lækni á hraðmóttökunni.

Hver tími er 10 mínútur og einungis  
hægt að ræða eitt erindi

## HEILSUVERA

Á [www.heilsuvera.is](http://www.heilsuvera.is) er hægt að sinna ýmsum verkefnum:  
Bóka tíma hjá/í:

- Símatíma hjúkrunarfræðings
- Leghálskrabbameinsskoðun
- Blóðprufu (beiðni frá lækni nauðsynleg)
- Fæðingardeild

## VAKTSÍMI 1700

Sími vaktþjónustu lækna og hjúkrunarfræðinga á  
HSU er 1700.

Þar er hægt að fá faglega símaráðgjöf þar sem metið  
er hvort gefa eigi í framhaldinu samband við  
vakthafandi hjúkrunarfræðing eða lækni á viðkomandi  
vaktsvæði. Vinsamlega athugið að 1700 sinnir **ekki**  
tímabókunum á heilsugæslu á Selfossi.

