

Nõuandetelefonid

- **Perearsti nõuandetelefon 1220 või +372 634 6630**
 - lihtsamate terviseprobleemide korral nõustavad ööpäev läbi perearstid ja -õed nii eesti kui vene keeles. Inglise keeles saab nõu küsida iga päev kl 15.00–17.00. Kiiremat sekkumist vajavate terviseprobleemide korral suunatakse kõne edasi Häirekeskusesse. Perearsti nõuandetelefonilt on võimalik saada ka isikustatud nõustamist. Täpsema tervisenõu andmiseks on inimese loal võimalik nõustajal näha helistaja terviseandmeid (nt põetud haigused, määratud ravimid ja varasemad analüüsid). Isikustatud nõustamisel edastatakse info digilukku. Kõne hind operaatori hinnakirja alusel.
- **Lastearst kuuleb 1599** – nõuandetelefon lapsi puudutavate terviseprobleemide korral, nõustavad lastearstid. Nõustamine toimub E–P kl 8.00–22.00. Kõneminuti hind on 1 euro.
- **Mürgistusteabe infoliin 16662** – pikemaajalise erakorralise meditsiini kogemusega õed ja arstid nõustavad anonüümselt ööpäev läbi mürgistuse ja allergiliste reaktsioonide (kodukemikaalid, ravimite üledoos, seened, taimed, alkohol, putukate ja loomade hammustused jms) korral ning aitavad leida kiiresti kõige sobivama tegutsemiskeemi. Kõne hind operaatori hinnakirja alusel.
- **Haigekassa infotelefon 16363**. E–N kl 8.30–16.30; R kl 8.30–14.00. Kõne hind operaatori hinnakirja alusel.
- **Sotsiaalkindlustusameti infotelefon 16106 või 612 1360**. E –N kl 9.00–17.00. Kõne hind operaatori hinnakirja alusel.
- **Telefonipõhine nõustamis- ja suhtlemisteenus Abitaja 6500 650** eakatele ja erivajadustega inimestele viib kokku abivajajad ja vabatahtlikud abistajad, et pakkuda ennast üksi tundvatele inimestele võimalust suhelda. Lisaks pakutakse nõustamis- ja infoteenust elukorralduslikes küsimustes. E–R kl 9.00–17.00. Teenus on tasuta.
- **Usaldustelefonid** vaimse tervise probleemide korral.