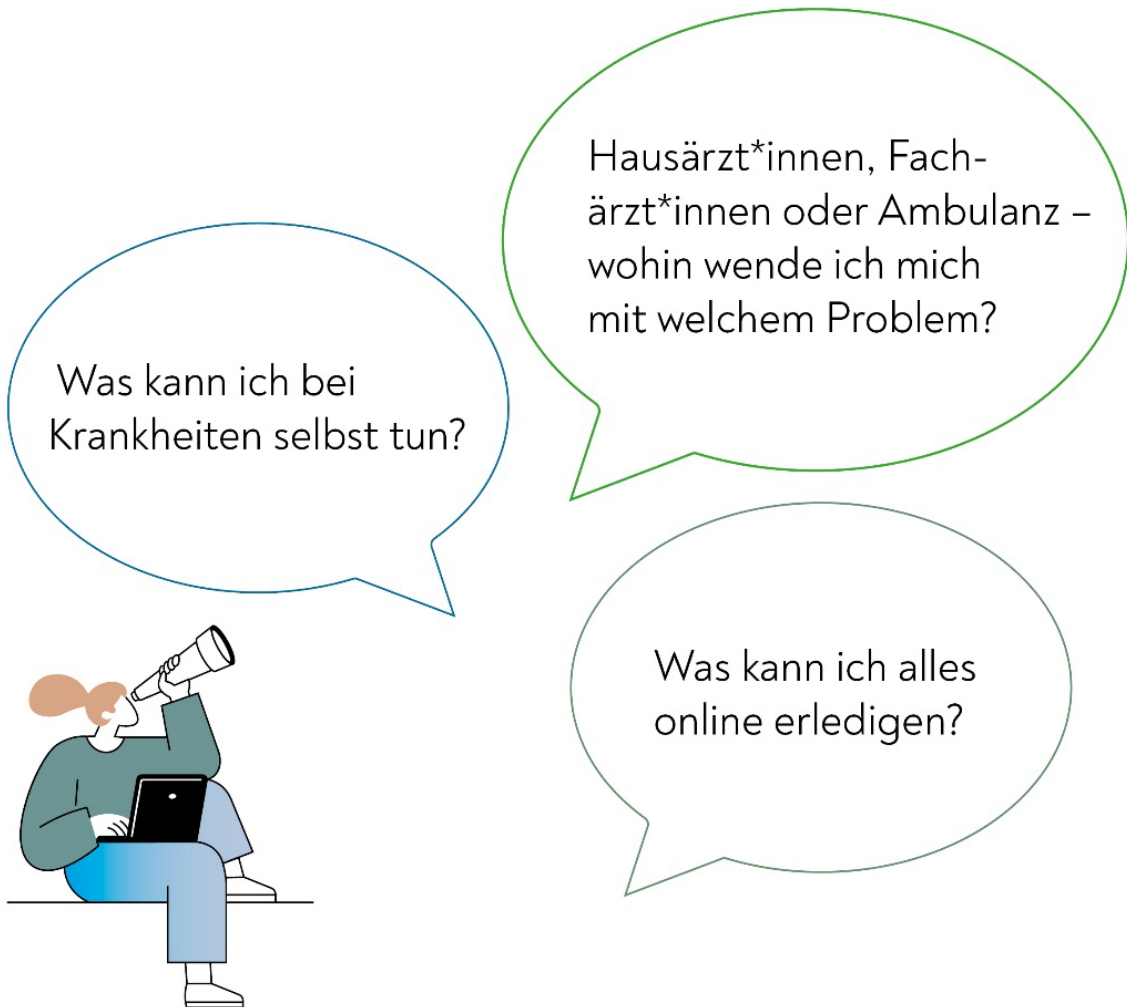


Wie finde ich mich im Gesundheitswesen zurecht?



Wie finde ich mich im Gesundheitswesen zurecht?

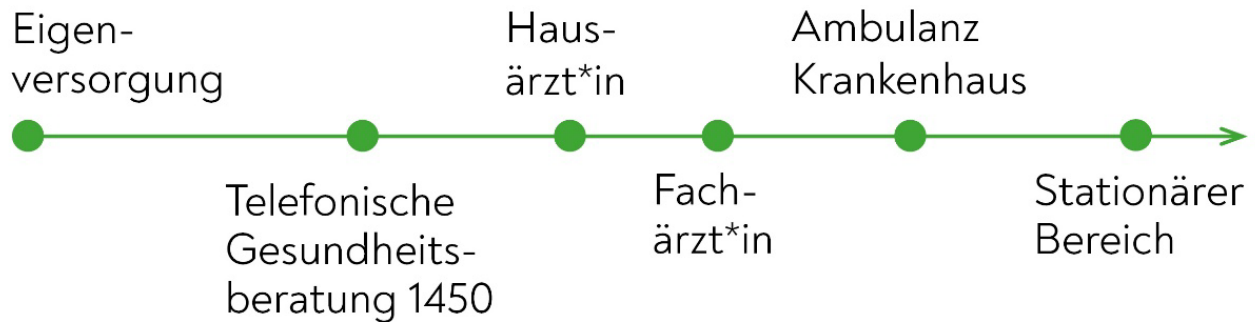


Mein Weg durch das Gesundheitswesen

Im österreichischen Gesundheitswesen gibt es viele unterschiedliche Einrichtungen und Abläufe. Welche Angebote unterstützen mich, um möglichst gesund zu bleiben? Ab wann brauche ich ärztliche Hilfe? Wann gehe ich ins Krankenhaus?

Dies herauszufiltern und die richtigen Stellen zu finden, ist nicht immer einfach.^{1,2} In diesem Kapitel erfahren Sie, was Sie selbst tun können und wohin Sie sich wenden können.

Mein Wegweiser bei Beschwerden



TIPP

Auf der Website [Wo bin ich richtig?](https://t1p.de/dybaj) finden Sie einen Überblick über die wichtigsten Anlaufstellen².

Website <https://t1p.de/dybaj>



Meine Gesundheit fördern und Krankheiten vermeiden

Was kann ich tun, um gesund zu bleiben?

Zum Beispiel:

- mich gesund ernähren und bewegen,
- auf guten Schlaf achten,
- in der Natur sein,
- Familie, Freund*innen, Nachbar*innen treffen,
- einem Verein beitreten,
- kreativ sein und
- gut mit Stress umgehen lernen.³





Tipp: Vielleicht fallen Ihnen noch weitere Dinge ein, die Ihnen guttun? Entdecken Sie Ihre persönlichen **Kraftquellen**.

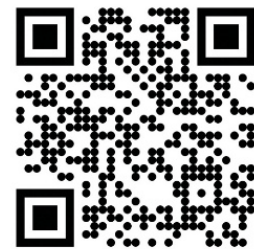
Das Gesundheitssystem unterstützt Sie durch unterschiedliche Programme und Projekte zu Ernährung, Bewegung, psychischer Gesundheit oder Rauchstopp.

Impfungen und Vorsorge-Untersuchungen können Sie vor bestimmten Krankheiten schützen.

Angebotene Untersuchungen, wie etwa ein Krebsabstrich (PAP-Abstrich) und eine Untersuchung zur Früherkennung von Darmkrebs, sollen Krankheiten früh entdecken, noch bevor sie Beschwerden verursachen.



Tipp: Um **passende Angebote** zu finden, informieren Sie sich bei Ihren Ärzt*innen, in Ihrer Gemeinde oder auf der Seite **gesundheit.gv.at**.



Was ich bei Beschwerden selbst tun kann

Bei kleineren, nicht andauernden Beschwerden, beispielsweise Kopfschmerzen, Erkältungen oder Insektenstichen, benötigen Sie nicht immer ärztliche Hilfe. Studien zeigen, dass dies sogar bei 9 von 10 Beschwerden, die auftreten, der Fall ist.⁴ Oft verschwinden diese von selbst, wenn Sie abwarten und beobachten. Es gibt aber auch eine Reihe von Möglichkeiten, selbst etwas zu tun. Überlegen Sie, was Ihnen guttun könnte oder schon einmal geholfen hat.

Auch wenn Beschwerden harmlos erscheinen, können sie in manchen Fällen auf eine ernste Krankheit hinweisen und sollten medizinisch abgeklärt werden.⁵

GUT ZU WISSEN

Was kann ich bei einzelnen Beschwerden selbst tun? Wann soll ich mir ärztliche Hilfe holen? Auf der Seite Gute.Gesundheit. finden Sie Informationen dazu.

Website <https://t1p.de/d5way>



Beratung am Telefon unter der Nummer 1450

Sie haben ein Gesundheitsproblem, zum Beispiel Husten, Übelkeit, Durchfall oder einen Zeckenbiss? Sie fragen sich, was Sie selbst dagegen tun können? Sie sind unsicher, ob Sie die Hausärztin, den Hausarzt aufsuchen oder gleich ins Krankenhaus gehen sollen? Nutzen Sie zuerst die kostenlose Gesundheitsberatung unter der Telefonnummer 1450.



Diese Hotline ist Ihr Wegweiser, der Sie dorthin führt, wo Sie die passende Betreuung bekommen.

Sie steht Ihnen jeden Tag rund um die Uhr zur Verfügung. Diplomiertes Gesundheits- und Pflegepersonal hilft Ihnen weiter und beurteilt Ihre Anfrage medizinisch. Sie erhalten konkrete Tipps, was Sie selbst tun können und wohin Sie sich wenden können. Handelt es sich um einen Notfall, ruft das Team der Hotline 1450 die Rettung.⁶

GUT ZU WISSEN

Auf gesundheits.gv.at finden Sie weitere Notrufnummern und Hotlines.

Website <https://t1p.de/sscat>



Die Rolle der Hausärzt*innen

Die erste Anlaufstelle für Krankheiten oder Beschwerden, die medizinisch behandelt werden müssen, ist die hausärztliche (allgemein-medizinische) Versorgung. Hier sind Hausärzt*innen für Sie da.

Hausärzt*innen arbeiten in eigener Ordination oder in einer Primärversorgungseinheit (PVE), wo sie ihre Patient*innen gemeinsam mit anderen Berufsgruppen (Pfleger*innen, Sozialarbeiter*innen, Psycholog*innen oder Diätolog*innen) betreuen. Sie versorgen sie bei akuten und bei langanhaltenden (chronischen) Krankheiten.



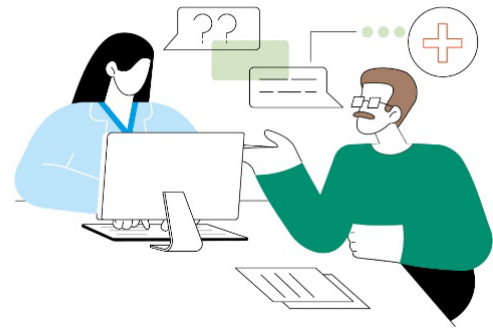
Weitere wichtige Aufgaben von Hausärzt*innen

- Rezepte und Krankschreibungen ausstellen
- Zu Fachärzt*innen, Ambulanzen oder ins Krankenhaus überweisen
- Zu Psycholog*innen, Ergotherapeut*innen und Physiotherapeut*innen überweisen
- Befunde und Arztbriefe besprechen
- Impfungen durchführen
- Bei Anträgen für Krankenpflege, Rehabilitation, Gesundheitsvorsorge Aktiv und Kur unterstützen





Am Wochenende oder außerhalb von Öffnungszeiten erreichen Sie den hausärztlichen Notdienst unter der Telefonnummer **141**. Oder Sie rufen die Nummer **1450** an.



Weiterverweis zu Fachärzt*innen

Bei manchen gesundheitlichen Problemen werden besonderes Fachwissen oder spezielle Untersuchungen benötigt.

In diesem Fall überweist Sie Ihre Hausärztin, Ihr Hausarzt zu Fachärzt*innen oder in eine Termin-Ambulanz zum Beispiel in einem Krankenhaus. Es gibt verschiedene Fachärzt*innen, etwa Hautärzt*innen, Augenärzt*innen, Radiolog*innen und viele mehr.



Tipp: Nutzen Sie die **Seite der Ärztekammer in Ihrem Bundesland**. Dort können Sie nach Haus- oder Fachärzt*innen suchen (nach Region, Fachrichtung und Krankenkasse).

Ärzt*innen, die in einer Praxis außerhalb des Krankenhauses arbeiten, dürfen Sie frei wählen (freie Arztwahl). In der Regel können Sie pro Quartal eine hausärztliche und eine fachärztliche Kassenpraxis je Fachrichtung aufsuchen.

GUT ZU WISSEN

Suchen Sie eine Primärversorgungseinheit?

Unter Website primaerversorgung.gv.at/standorte-pve-landkarte werden Sie fündig.

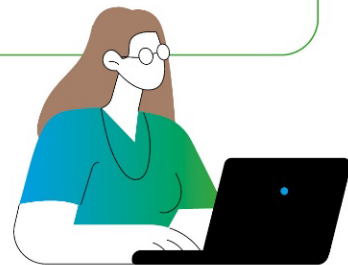


Unterschiede zwischen Kassen- und Wahlärzt*innen

- Kassenärzt*innen (auch Vertragsärzt*innen genannt) haben einen Vertrag mit der Krankenkasse. Die Kosten rechnen sie direkt mit dieser ab. Trotzdem können für Patient*innen Kosten entstehen. Denn einige Krankenkassen verrechnen Selbstbehalte, etwa die Sozialversicherung der Selbstständigen (SVS) und die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahn und Bergbau (BVAEB).
- Wahlärzt*innen haben keinen Vertrag mit Ihrer Krankenkasse. Daher müssen Sie die Rechnung erst selbst bezahlen. Anschließend können Sie die Rechnung direkt bei der Krankenversicherung einreichen und ein Teil der Kosten wird an Sie rückerstattet.



Tipp: Informieren Sie sich auf der Internetseite Ihrer Krankenkasse über Selbstbehalte. Bei Wahlärzt*innen können Sie vorab nachfragen, wie viel die Behandlung kostet.



Berufskrankheit, Arbeits- oder Freizeitunfall — was ist zu tun?

Berufskrankheiten

Dauerhafte Krankheiten, die durch die berufliche Tätigkeit entstanden sind, nennt man Berufskrankheiten. Häufige Berufskrankheiten sind Schwerhörigkeit wegen Lärms, Hautprobleme etwa durch Chemikalien oder Krankheiten der Lunge durch Staub. Sie vermuten, dass Ihre Beschwerden durch die Arbeit verursacht wurden? Dann geben Sie dies bei Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt bekannt.

Arbeitsunfall oder Freizeitunfall?

Passiert ein Unfall am Weg von oder zu der Arbeit, bei der Arbeit oder Ausbildung, kann es ein Arbeitsunfall sein. **Für Arbeitsunfälle ist die Unfallversicherung zuständig.** Die Krankenversicherung ist zuständig, wenn der Unfall in Ihrer Freizeit passiert ist.



Tipp: Die Meldung bei der AUVA ist sehr wichtig, denn nur so kann geprüft werden, ob ein Arbeitsunfall oder eine Berufskrankheit vorliegt.

Das ist wichtig, weil es bei Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten besondere Leistungen aus der Unfallversicherung gibt. Zu diesen Leistungen gehören etwa ärztliche Behandlung, Rentenzahlungen und Rehabilitation.

Im Krankenhaus versorgt werden

Ob ein Aufenthalt in einem Krankenhaus nötig ist, entscheiden Haus- oder Fachärzt*innen. Dies ist meist bei schweren Krankheiten oder geplanten Operationen der Fall. Sie bekommen eine Zuweisung und können das Krankenhaus selbst wählen – ausgenommen sind Notfälle.



Tipp: Sie können Ihre Ärztin oder Ihren Arzt fragen, welche Krankenhäuser in Frage kommen. Oder Sie suchen selbst unter **Kliniksuche.at**

In einem öffentlichen Krankenhaus fallen für notwendige Behandlungen meist keine Kosten an, jedoch ein Kosten-Beitrag (Taggeld) bei stationären Aufenthalten. In einem rein privaten Krankenhaus zahlen Patient*innen die Behandlung und den Aufenthalt selbst, außer sie haben eine private Zusatzversicherung.



GUT ZU WISSEN

Unter gesundheits.gv.at finden Sie weitere Informationen zu Krankenhaus-Aufenthalten.

Website <https://t1p.de/rnvxc>



Was tun bei einem medizinischen Notfall?

Notfälle sind plötzlich auftretende Beschwerden wie zum Beispiel

- akuter Brust-, Bauch- oder Kopfschmerz,
- akute Atemnot, Bewusstlosigkeit,
- Lähmungserscheinungen und Gefühlsstörungen, Sprech-, Schluck- oder Sehstörungen oder
- Verletzungen, offene Wunden.⁸

Bei Notfällen wählen Sie 144.

Die Rettung bringt Sie direkt ins nächste Krankenhaus. Auch die Notfallambulanz in einem Krankenhaus hilft rund um die Uhr, wenn Sie dringend medizinische Hilfe benötigen.



Die Notfallambulanz ist für schwere und bedrohliche Erkrankungen und nicht für kleinere oder schon länger bestehende Beschwerden gedacht. Wenn Sie unsicher sind, rufen Sie 1450 an.



Rehabilitation und Gesundheitsvorsorge

Rehabilitation (kurz Reha) hilft Menschen nach Operationen, Verletzungen oder Erkrankungen dabei, sich wieder in den beruflichen und sozialen Alltag zu integrieren.

Rehabilitation beginnt erst, wenn jemand bereits krank ist oder unter Schmerzen leidet.

Gesundheitsvorsorge Aktiv (GVA) oder eine Kur setzen viel früher an. Sie haben zum Ziel, Ihre Gesundheit zu erhalten und Krankheiten vorzubeugen. Sie erfahren dabei, was Sie aktiv für Ihre eigene Gesundheit tun können.

Sie möchten eine Rehabilitation beziehungsweise Gesundheitsvorsorge Aktiv oder eine Kur in Anspruch nehmen? Dann müssen Sie einen Antrag bei der österreichischen Sozialversicherung stellen. Diesen füllen Sie gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder ihrem Arzt aus.

TIPP

Nähere Informationen finden Sie auf der Website Reha & Prävention leicht erklärt.

Website <https://t1p.de/rzcs0>



Pflege und Betreuung

Ob Sie selbst Pflege benötigen oder jemanden unterstützen – rund um Pflege und Betreuung tauchen oft viele Fragen auf: Welche Angebote gibt es? Welche Kosten kommen auf uns zu? Welche finanzielle Hilfe kann ich bekommen?⁹



Tipp: Auf **pflege.gv.at** finden Sie Informationen zu Pflege und Betreuung auch für Ihr Bundesland.

Was kann ich alles online erledigen?

Es gibt viele digitale Services, die Sie mit Ihrem Smartphone, Tablet oder Computer nutzen können.

Serviceportale der Sozialversicherungsträger

Diese können Sie nutzen, um Rechnungen von Ärzt*innen einzureichen, sich gesund zu melden und Versicherungsdaten einzusehen.

GUT ZU WISSEN

MeineSV ist das zentrale Serviceportal der österreichischen Sozialversicherungsträger.

Hier können Sie sich anmelden und MeineSV nutzen

<https://www.meinesv.at>





Zu den Serviceportalen der einzelnen Sozialversicherungen:

- Sozialversicherung der Selbstständigen (SVS)
SVS GO: www.svs.at/go
- Österreichische Gesundheitskasse
MeineÖGK: www.meineoegk.at
- Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB)
MeineBVAEB: Button auf Startseite www.bvaeb.at
- Pensionsversicherung Österreich (PV)
Online-Anträge und -Formulare auf der Startseite www.pensionsversicherung.at

ELGA (Elektronische Gesundheitsakte)

Sie können in ELGA Ihre gespeicherten Gesundheitsdaten (etwa Befunde, verschriebene Medikamente, Impfungen) einsehen und verwalten.

Alle Bürger*innen sind automatisch bei ELGA, außer sie haben sich aktiv abgemeldet. Mit ELGA sind Gesundheitsdaten über die verschiedenen Krankenhäuser oder Ordinationen hinweg verfügbar. Sie stehen auch den Fachpersonen zur Verfügung, die Sie behandeln oder betreuen.

Sie haben Fragen? ELGA-Serviceline für Bürger*innen: 050 124 44 11



GUT ZU WISSEN

Wie kann ich ELGA nutzen? Wie sind meine Daten geschützt? Informationen finden Sie auch auf Website <https://elga.gv.at>



Um die elektronische Gesundheitsakte ELGA und Serviceportale der SV zu nutzen, brauchen Sie eine **ID Austria**.
<https://ida.gv.at/de>

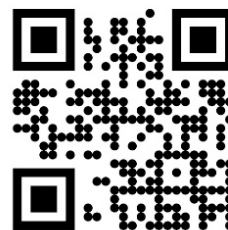


Wo finde ich noch Unterstützung?

Neben den genannten Service-Stellen und Einrichtungen im Gesundheitswesen kann Sie etwa die Selbsthilfe vor allem bei chronischen Gesundheitsproblemen stärken.

Selbsthilfe-Gruppen bieten einen Raum, um sich gegenseitig auszutauschen, Informationen zu teilen und sich zu unterstützen.

Ein **Verzeichnis der Selbsthilfegruppen** in Österreich finden Sie auf der Seite der Österreichischen Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe (ÖKUSS).
<https://oekuss.at>



Quellen

Kapitel 3

- (1) Robert Griebler, Christa Straßmayr, Domikia Mikšová, Thomas Link, Peter Nowak (2021): Gesundheitskompetenz in Österreich: Ergebnisse der österreichischen Gesundheitskompetenzerhebung HLS19-AT. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.
- (2) Land Oberösterreich, ÖGK (2025): Wo bin ich richtig?
<https://www.wobinichrichtig.at/cdscontent/?contentid=10007.861107&portal=wobinichrichtigportal>
- (3) Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) (2025): Gesundheitsdeterminanten-Modell. Fonds Gesundes Österreich nach Göran Dahlgren, Margaret Whitehead (1991)
- (4) Otto Pichlhöfer, Manfred Maier (2015): Unregulated access to health-care services is associated with overutilization—lessons from Austria. European Journal Public Health
- (5) Österreichische Sozialversicherung (SV) (2025): Gute.Gesundheit.
<https://www.sozialversicherung.at/cdscontent/?contentid=10007.862773>
- (6) Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2025): 1450 – Rund um die Uhr Gesundheitsberatung. <https://1450.at>
- (7) Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) (2025): Checkliste für die Aufnahme.
<https://www.gesundheitskasse.at/cdscontent/?contentid=10007.875481>
- (8) Öffentliches Gesundheitsportal Österreich (2025): Notfälle von A-Z.
<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/erste-hilfe/notfall.html>
- (9) Gesundheit Österreich GmbH (2025): pflege.gv.at – Infoplattform für Pflege und Betreuung.
<https://pflege.gv.at>

IMPRESSUM

Kapitel 3 der Broschüre

Meine Gesundheit — meine Entscheidung!

Informationen finden und beurteilen. Gespräche mit Ärzt*innen führen. Wege im Gesundheitswesen kennen.

Herausgegeben von:

Dachverband der Sozialversicherungsträger, Kundmanngasse 21, 1030 Wien

1. Auflage, Dezember 2025, Auflage: 20.000 Stück

Nächste Überarbeitung geplant: 2028

Druck: Print Alliance HAV Produktions GmbH, 2540 Bad Vöslau

© Dachverband der Sozialversicherungsträger

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung und Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung gestattet.

Bezugsadresse:

Dachverband der Sozialversicherungsträger, Kundmanngasse 21, 1030 Wien

Download: [Meine Gesundheit - meine Entscheidung!](#)

Erstellung der Broschüre: Frauengesundheitszentrum

Autorinnen: Marlene Pretis-Schader, Ulla Sladek

Redaktion: Christine Hirtl, Marlene Pretis-Schader, Ulla Sladek, Rita Obergeschwandner

Grafische Gestaltung: Rita Obergeschwandner

Illustrationen: istock/robuart und Visual Generation adaptiert von Rita Obergeschwandner, Canva (S. 20 und S. 31 unten)

Credits Foto S. 3: Enzo Holey

Lektorat: Felice Gallé

Wir danken herzlich der Arbeitsgruppe Gesundheitskompetenz der Sozialversicherung und den Teilnehmer*innen der Fokusgruppe im Rehabilitationszentrum St. Radegrund!