

Kymenlaakson hyvinvointialueen sosiaali- ja terveyspalvelut

Digitaaliset palvelut kuten chatit löydät Oma Kymenlaakso -palvelusta

Yleinen hätänumero **112**

TERVEYSASEMA

05 220 2000 (arkisin klo 7–20)

Chat Oma Kymenlaaksossa (arkisin klo 7–20)

Neuvontaa ja ohjausta terveysasioihin, hoidon-tarpeen arviointi sekä ajanvaraus sairaanhoitajan tai lääkärin vastaanotolle.

PÄIVYSTYS

116117 (24/7)

Chat Oma Kymenlaaksossa (ma–su klo 8–20)

Ota yhteyttä ennen päivystykseen hakeutumista

SUUN TARKASTUS

05 220 2200 (arkisin klo 7–16)

Chat Oma Kymenlaaksossa (arkisin klo 7–16)

Suun terveydenhuollossa hammaslääkäri tekee suun ja hampaiden tarkastuksen yhteydessä yksilöllisen hoitosuunnitelman ja arvioi seuraavan tarkastuksen ajankohdan.

HYVINVOINTIVALMENNUS

05 220 2000 (arkisin klo 7–20)

Tukea elämäntapamuutokseen muun muassa uni, ravinto ja liikunta asioihin.

SOSIAALIHUOLLON ASIAKASNEUVONTA

05 220 6000 (arkisin klo 9–14)

Chat Oma Kymenlaaksossa (ma–to klo 10–15)

Ohjausta ja neuvontaa ikääntyneiden eri palveluista sekä omaan tai läheisen arjessa selviytymiseen liittyvissä asioissa.

MUISTISELVITYS

05 220 2170 (arkisin klo 8–14) Kotka

05 220 2160 (arkisin klo 8–14) Kouvola

Geriatrian poliklinikka tarjoaa muistiselvitystä yli 70-vuotta täyttäneille henkilöille, joilla on muistiin liittyviä haasteita tai oireita.

KAATUMISRISKIN KARTOITUS

050 462 5450 Etelä-Kymenlaakso

040 486 5533 Pohjois-Kymenlaakso

Kaatumisseula tarjoaa yli 55-vuotta täyttäneille henkilöille kaatumisriskin kartoitusta, liikunta- ja toimintakyvyn sekä terveydentilan arviointia.

HYVINVOINTIA EDISTÄVÄT KESKUSTELUT

05 220 6150 (to–pe klo 9–11)

Yksilöllistä hyvinvointia edistävä keskustelu 65 vuotta täyttäneille. Tukea hyvinvoinnin edistämiseen, tulevaisuuden suunnitteluun ja tietoa palveluista ennakolta.

MIELENTERVEYS- JA PÄIHDE-PALVELUIDEN ASIAKASNEUVONTA

05 220 2150 (arkisin klo 7–18)

Chat Oma Kymenlaaksossa (arkisin klo 7–18)

Jos oma mielenhyvinvointi tai päihteiden käyttö askarruttaa. Neuvontaa ja tarvittaessa ohjausta sopivan palvelun piiriin.

KUNTOUTUSPALVELUIDEN AJANVARAUS

05 220 2140 (arkisin klo 9–12)

Chat Oma Kymenlaaksossa (arkisin klo 9–15)

Neuvontaa ja ohjausta sekä ajanvaraus kotikuntoutukseen ilman lähetettä.

APUVÄLINEKESKUS JA -LAINAAMO

05 220 2120 (arkisin klo 7–15) Kotka, Hamina ja Kouvola

040 710 7290 (arkisin klo 9–15) Virolahti

Jos toimintakyky on alentunut, voit saada apuvälineen lainaan muun muassa sairauden, vamman tai ikääntymisen vuoksi.

HUS LABORATORIO

www.hus.fi > laboratorioden ajanvaraus

09 471 86800 (arkisin klo 7.30–15.30)