

Betingelser – privat

Sundhedsforsikring

MMA

Indholdsfortegnelse

1.	Aftalegrundlag	5
1.1	Hvornår gælder forsikringen?	7
1.2	Hvad dækker forsikringen?	7
2.	Hvem er dækket af forsikringen?	8
2.1	Karensbestemmelser	8
3.	Hvor dækker forsikringen?	9
4.	Brug af forsikringen	10
4.1	Lægehenviisning og dokumentation	10
4.2	Undersøgelse og behandling skal godkendes	10
4.3	Akut behandling er ikke dækket	10
4.4	Rejser og udlandsophold	11
4.5	Udeblivelse fra behandling	11
4.6	Igangværende og planlagt undersøgelse og behandling	11
4.7	Udgifter til behandling	11
4.8	Valg af behandler og behandlingsmetode	12
4.9	Vurdering af behandlingsbehov	13
4.10	Anmeldelse af skade	14
5.	Hvad dækker forsikringen?	15
5.1	SundhedsNavigator og sundhedsrådgivning	15
5.2	Rådgivning og indsatser under og efter kræftsygdom	16
5.3	Graviditetsrådgivning	16

5.4	Kroniske sygdomme	17
5.5	Følgesygdomme til kroniske sygdomme	17
5.6	Undersøgelse og behandling hos speciallæge	17
5.6.1	Efterkontrol	20
5.6.2	Reoperation	20
5.6.3	Second opinion	21
5.6.4	Medicinudgifter	21
5.6.5	Midlertidige hjælpemidler	21
5.6.6	Genoptræning	21
5.6.7	Rekreation	22
5.6.8	Hjemmehjælp/hjemmesygeplejerske	23
5.6.9	Transportudgifter	23
5.7	Fysisk sundhed	24
5.8	Mental sundhed	26
5.8.1	Akut krisehjælp	31
5.9	Akupunktur, zoneterapi, osteopati og diætist	32
5.10	Hospice og terminal pleje	34
5.11	Tandbehandling	34
5.12	Misbrugsbehandling	34
5.13	Personlige sundhedsprogrammer	35
5.14	Online lægevagt	36

6. Hvad forsikringen ikke dækker 38

7. Generelle bestemmelser 43

7.1	Forsikringens varighed	43
7.2	Forsikringssum	43

7.3	Betaling af forsikringen	43
7.4	Regulering af præmie og forsikringsbetingelser	43
7.5	Opsigelse og ophør af forsikringen	44
7.6	Oplysningspligt	45
7.7	Behandling af personoplysninger	45
7.8	Behandling af helbredsoplysninger	46
7.9	Urigtige oplysninger	46
7.10	Forældelse	46
7.11	Klagemuligheder	46
7.12	Hvis du vil vide mere	47
7.13	Fortrydelsesret	47

Kontakt Dansk Sundhedssikring

Du kan kontakte os på telefon 70206121 eller via
brugerportalen på vores hjemmeside: ds-sundhed.dk.

1. Aftalegrundlag

Disse forsikringsbetingelser er gældende fra den 1. januar 2026.

Forsikringen er oprettet i Forsikringsselskabet Dansk Sundhedssikring A/S, CVR-nr. 34739307 – i det følgende benævnt "Dansk Sundhedssikring".

Marsh McLennan Agency A/S, CVR-nr. 34488797, herefter benævnt "MMA", formidler sundhedsforsikringen som forsikringsformidler for Dansk Sundhedssikring.

Den samlede aftale om forsikring hos Dansk Sundhedssikring A/S omfatter forsikringsaftalen (policen), eventuelle tillæg til forsikringsaftalen og forsikringsbetingelserne knyttet til forsikringsaftalen. For forsikringen gælder i øvrigt dansk lovgivning, herunder lov om forsikringsaftaler, lov om forsikringsvirksomhed og lov om finansiel virksomhed.

Forsikringsaftalen, indgået via Dansk Sundhedssikring som forsikringsformidler, gælder mellem Forsikringsselskabet Dansk Sundhedssikring A/S og den person, der står som forsikringstager i policen.

Forsikringstager modtager information fra Dansk Sundhedssikring om forsikringen og om, hvordan den bruges.

Forsikringsbetingelserne supplerer aftalen. Særlige betingelser og bestemmelser og eventuelle afvigelser fra disse forsikringsbetingelser skal være skriftligt aftalt og fremgå af forsikringsaftalen.

ESG (environmental, social and governance)

Dansk Sundhedssikring tager et stort ansvar for at sikre, at vi efterlever de krav, som stilles i FNs Global Compact, og overerholder vores sociale ansvar i forhold til miljø og klima, sociale forhold samt virksomhedsadfærd (læs mere herom på vores hjemmeside).

Definition og ordforklaring af begreber anvendt i forsikringsbetingelserne:

Selskabet

Herved forstås Forsikringsselskabet Dansk Sundhedssikring A/S, i betingelserne benævnt "Dansk Sundhedssikring", "vi" eller "os".

Forsikringstiden

Forsikringstiden er perioden, fra forsikringen træder i kraft, og frem til den ophører, uanset årsagen til dette.

Forsikringstager

Den person, som vi har indgået forsikringsaftalen med.

Forsikrede

Den person, som er omfattet af forsikringen, i det følgende ofte refereret til med "du", "dig" eller "din".

Børn

Når der under forsikringens dækninger henvises til "børn", menes der i disse forsikringsbetingelser udelukkende børn, der er tilmeldt sundhedsforsikringen, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning.

Udstationering

Ved udstationering forstås, at en arbejdsgiver i Danmark midlertidigt sender en ansat medarbejder til at udføre arbejde i et andet land, mens ansættelsesforholdet fortsat består.

Bevægeapparatet

Ved bevægeapparatet menes i disse forsikringsbetingelser de store muskelgrupper, led og sener i ryg, nakke, skuldre, albuer, håndled, hofter, knæ og fodled.

Blended care (kombineret behandling)

Ved blended care forstås i disse forsikringsbetingelser en behandlingsform, hvor fysisk fremmøde kombineres med digitale værktøjer, herunder online behandling, apps, videoopkald, e-mails, chat, digitale øvelser, digitale platforme samt andre tilsvarende eller fremtidige digitale behandlingsformer.

Kroniske sygdomme/lidelser/tilstande

Ved kroniske sygdomme/lidelser/tilstande forstås vi sygdomme, lidelser og tilstande, som vores læger vurderer som vedvarende, og som ikke kan kureres og ikke går væk med behandling, eller hvor der ikke findes en helbredende behandling, og/eller hvor der er et vedvarende eller et tilbagevendende behandlingsbehov.

Almen fysioterapi

Almindelig fysioterapi (speciale 51), jf. praksisoverenskomsten for fysioterapi.

Almen kiropraktik

Almindelig kiropraktik (speciale 53), jf. praksisoverenskomsten for kiropraktik.

Netværk

Vores behandlernetværk i form af et netværk af leverandører og behandlere, som vi har indgået en aftale med.

Rusmidler

Hermed menes rusmidler, der er omfattet af lov om euforiserende stoffer, såsom cannabis, heroin og kokain. Lightergas, lattergas og lignende gasarter er ikke omfattet.

Vederlagsfri fysioterapi

Ordning, som er vedtaget på finansloven, og som giver adgang til vederlagsfri (gratis) lægehenvist fysioterapi for personer med svært fysisk handicap samt fysioterapi for personer uden svært fysisk handicap, men med funktionsnedsættelse som følge af progressiv sygdom, jf. Sundhedsstyrelsens vejledning om adgang til vederlagsfri fysioterapi.

Sundhedsstyrelsen

Den øverste sundhedsfaglige myndighed i Danmark.

Specialeplanen

Specialeplan, som er udfærdiget af Sundhedsstyrelsen i henhold til sundhedsloven, med en oversigt over, hvilke sygehuse og private hospitaler der må varetage de såkaldte specialefunktioner, f.eks. udføre visse operationer og undersøgelser.

1.1 Hvornår gælder forsikringen?

Forsikringen gælder i forsikringstiden. Forsikringen træder i kraft den 1. i måneden efter forsikrings tegning, medmindre en anden ikrafttrædelsesdato er aftalt.

Karensperioden begynder ved forsikringens ikrafttrædelse, jf. afsnit 2.1 "Karensbestemmelser".

Forsikringsdækningen gælder for én måned ad gangen og forlænges automatisk hver måned, medmindre forsikringen ophører af andre grunde.

1.2 Hvad dækker forsikringen?

Vi tilbyder sundhedsforsikring og sundhedsrådgivning med en bred vifte af inhouse sundhedsfaglige kompetencer og sundhedsydelser hos ét samlet sundhedshus.

Med din sundhedsforsikring får du hjælp, rådgivning og værktøjer til at forebygge og behandle skader og passe godt på dit helbred.

Vores sundhedsfaglige personale guider til den rette hjælp, rådgivning eller behandling og er klar til at hjælpe med alle typer af sundheds- og helbredsproblemer – også dem, som forsikringen ikke dækker.

Sundhedsteamet hjælper med rådgivning og behandling ud fra den nyeste sundhedsfaglige og evidensbaserede viden og erfaring, herunder vurdering af behandlingsbehov, behandlingsmetode, forebyggelse og nedbringelse af overbehandling.

Du får hurtig adgang til faglig rådgivning, fleksible behandlingstilbud og digitale sundhedsløsninger som apps, online behandlings- og rådgivningstilbud, træningsvideoer og digitale kurser.

Rådgivning om og forebyggelse af sygdom, skade og mistrivsel er integreret i mange af vores rådgivningstilbud for at gøre ydelserne mere tilgængelige og bæredygtige.

Forsikringen dækker undersøgelse og behandling af sygdomme, skader og lidelser, der med overvejende sandsynlighed kan kureres eller væsentligt og varigt forbedres ved at behandle. Vi definerer sygdom som helbredsmæssige tilstande, lidelser eller skader, der er symptomgivende, og som efter vores vurdering medfører et lægeligt begrundet behov for undersøgelse eller behandling. Vi vurderer, hvilken undersøgelse eller behandling der er behov for.

2. Hvem er dækket af forsikringen?

Forsikringsaftalen gælder mellem Forsikringsselskabet Dansk Sundhedssikring A/S og den eller de personer, der er omfattet af forsikringen.

Forsikrede skal have fast folkeregisteradresse i Danmark (ekskl. Grønland og Færøerne), have ret til at modtage Danmarks offentlige sygesikringsydelser og have et dansk sundhedskort eller have fast bopæl i Norden eller Tyskland og have ret til at modtage ydelser svarende til de offentlige sygesikringsydelser i bopælslandet, medmindre du er udstationeret.

Forsikringen kan tegnes af privatpersoner, der er fyldt 18 år.

Forsikringen ophører, når den opsiges af en af parterne, eller ved forsikringstagers dødsfald.

Forsikrede kan også være børn under 21 år. Efter det fyldte 21. år videreføres forsikringen automatisk, jf. afsnit 7.5. Der er ingen øvre aldersgrænse for forsikrede. Prisen for forsikringen stiger ved forsikredes 60. år og igen ved forsikredes 68. år.

Hvert barn under 21 år skal påføres policen separat for at være dækket af forsikringen. Forsikringstager skal derfor selv kontakte MMA for at få barnet påført policen, hvis barnet ønskes omfattet af forsikringsdækningen.

2.1 Karensbestemmelser

Der er 24 måneders karens for eksisterende sygdomme, skader og lidelser. Det betyder, at man skal have været omfattet af forsikringen i 24 måneder, før der dækkes udgifter til undersøgelse og behandling af lidelser, der er opstået og/eller diagnosticeret, før forsikringen trådte i kraft. Sygdom og skade, der opstår efter forsikringens ikrafttrædelse, dækkes ud fra de gældende forsikringsbetingelser.

Anciennitet fra anden sundhedsforsikring – maksimum 2 måneder bagud – kan overføres ved direkte overgang uden ophold fra anden sundhedsforsikring. Dette gælder dog ikke ved kroniske lidelser.

Der gælder særlige karensbestemmelser for afsnit 5.12 "misbrugsbehandling".

Forsikringen tilbyder sundhedsrådgivning og hjælp til alle typer af sundheds- og helbredsproblemer – også i karensperioden.

For børn dækker forsikringen udelukkende undersøgelse og/eller behandling af lidelser eller behov, der er opstået efter barnets fødsel.

3. Hvor dækker forsikringen?

Forsikringen dækker undersøgelse og behandling i Danmark, og vi henviser til et behandlingssted i det offentlige eller i det private sundhedsvæsen, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning eller det enkelte tillæg. Valg af behandlingssted skal altid være efter aftale med os, og vi kan beslutte, at det skal være hos en bestemt behandler eller på et bestemt behandlingssted. Ved nogle behandlingsformer kan du dog selv vælge behandler. Dette vil fremgå af den enkelte dækning.

Ud fra en sundhedsfaglig vurdering og efter samråd med vores læger kan vi i visse tilfælde vælge at dække rimelig og relevant undersøgelse og/eller behandling på et privathospital eller hos en privat speciallægeklinik i Norden, England og EU, hvis der ikke er et rimeligt behandlingssted i Danmark og hvis vi finder det rimeligt og forsvarligt.

Behandlingsformen skal være godkendt af Sundhedsstyrelsen i Danmark eller leve op til samme kvalitetsstandard som på akkrediterede danske privathospitaler og privatklinikker.

Undersøgelse og/eller behandling skal være i overensstemmelse med lignende undersøgelse og/eller behandling, som anvendes, og som vi godkender, i Danmark.

Det er en betingelse for dækning, at udgifterne er almindelige og rimelige og ligger på et niveau, der efter vores vurdering svarer til niveauet i det land, hvor behandlingen finder sted. Valg af behandlingssted sker efter aftale med os, jf. bestemmelserne i afsnit 5.6 "Undersøgelse og behandling hos speciallæge".

Er du bosat i Norden eller Tyskland, dækker vi godkendt behandling hos en fysioterapeut, kiropraktor eller psykolog i bopælslandet, medmindre der gælder særlige bestemmelser for den enkelte dækning. Vi dækker tilskud til behandlingen svarende til de danske beløb/takster. Forløbstypen vil være afhængig af den enkelte sag og sundhedsteamets faglige vurdering. Vi kan f.eks. i en række tilfælde henvise til telefonisk, online eller fysisk behandling. Øvrige behandlingsformer dækkes kun i Danmark, medmindre andet fremgår af aftalen.

Udstationerede

Udstationerede og eventuelle medforsikrede, der udstationeres sammen med den hovedforsikrede, er kun dækket med undersøgelse og behandling i Danmark. Der dækkes ikke transportudgifter til og fra Danmark.

Under udstationering/ophold i udlandet kan den forsikrede og eventuelle medforsikrede tilbydes adgang til forsikringens digitale rådgivnings- og sundhedsløsninger ud fra en faglig vurdering samt ud fra de gældende bestemmelser for de enkelte afsnit.

4. Brug af forsikringen

De samlede betingelser gælder for alle dækninger, men de nærmere regler og undtagelser er beskrevet i de enkelte dækninger. Vi anbefaler derfor, at du læser de samlede betingelser inden brug af forsikringen.

4.1 Lægehenviisning og dokumentation

Medmindre andet fremgår af den enkelte dækning, kan vi stille krav om, at du har en lægelig henvisning eller anbefaling, der beskriver sygdommen/skaden, før du bruger forsikringen. Lægehenviisningen skal foreligge, inden undersøgelse eller behandling kan påbegyndes. Du skal derfor starte med at konsultere din egen læge, som bedst kan vurdere dit behandlingsbehov. Hvis din læge vurderer, at du har behov for undersøgelse eller behandling, skal du, hvis det er muligt, henvises til behandling i det offentlige sundhedsvæsen. Denne henvisning kan du anvende, når du anmelder skaden til os.

Vi kan til hver en tid bede om, at du sender os journaloplysninger, henvisninger eller attester, som vi finder nødvendige for vores sundhedsfaglige vurdering, herunder om den anmeldte lidelse er dækket af forsikringen.

For børn under 2 år samt gravide kan vi ud fra en sundhedsfaglig vurdering og i relevante tilfælde stille krav om, at en læge har vurderet behandlingsbehovet.

4.2 Undersøgelse og behandling skal godkendes

Forsikringen dækker udelukkende udgifter til undersøgelse og/eller behandling, som vi på forhånd har godkendt. Det er derfor vigtigt, at du ikke igangsætter behandling uden forudgående skriftligt godkendelse. Det gælder også, hvis der sker ændringer i den behandling, der er aftalt med os.

Behandlingsstedet skal altid være godkendt af os. Hvis vi ikke har godkendt behandlingsstedet, kan vi afvise dækning.

4.3 Akut behandling er ikke dækket

Behov for akut behandling af somatiske og psykiske tilstande og akutte situationer er ikke dækket af forsikringen, herunder ambulance-, vagtlæge- og skadestuesituationer, selvmordsforsøg, udtalte trusler om at begå selvmord samt skader/lidelser, som kræver assistance/undersøgelse/diagnostik og/eller behandling tidligere end garantien på 10 hverdage og/eller ikke kan vente på planlagt behandling. Det gælder f.eks. trafikuheld, ulykkestilfælde, hjernerystelse, faldtraumer, knoglebrud, blodprop/mistanke om blodprop, TCI, hjerneblødning, hjertesygdom, lammelser, akutte føleforstyrrelser og øvrige diagnoseområder, som vi og/eller det offentlige definerer som akutte, herunder kræftpakker, livstruende kræft og iskæmisk hjertesygdom.

Har du brug for akut hjælp, herunder skadestue eller ambulance, skal du altid kontakte din egen læge, lægevagten, akuttelefonen eller skadestuen eller ringe 112.

Forsikringen dækker udgifter til psykologbehandling ved akut krisehjælp, jf. bestemmelserne i afsnit 5.8.1 "Akut krisehjælp".

4.4 Rejser og udlandsophold

Forsikringen dækker ikke udgifter til undersøgelse og behandling af sygdom/skade opstået på rejser eller under ophold i udlandet. Behandlingen vil først være dækket efter hjemkomst til din faste bopæl og ud fra de generelle betingelser. Det gælder også, hvis du opholder dig i Grønland eller på Færøerne.

Der dækkes ikke rejseudgifter i udlandet, herunder private udgifter såsom udgifter til hotelophold og til ledsager samt ledsagerophold, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning.

Der dækkes kun transportudgifter i Danmark, jf. bestemmelserne i afsnit 5.6.9 "Transportudgifter".

4.5 Udeblivelse fra behandling

Forsikringen betaler ikke for undersøgelse/behandling, som du udebliver fra, eller gebyrer ved manglende rettidigt afbud.

4.6 Igangværende og planlagt undersøgelse og behandling

Undersøgelser og behandlinger, som er igangsat eller planlagt inden opstart af denne forsikring, dækkes ikke. Har du anmeldt en skade hos dit tidligere forsikringsselskab, dækker vi først skaden efter 3 måneder regnet fra datoen, hvor du indtræder i ordningen hos os, medmindre andet fremgår af aftalen. Når vi overtager en skade fra dit tidligere forsikringsselskab, vil den være dækket ud fra vores gældende forsikringsbetingelser.

4.7 Udgifter til behandling

Alle udgifter skal efter vores vurdering være rimelige og nødvendige i forhold til det forventede resultat.

Behandlingerne skal efter vores vurdering være rimelige og nødvendige og forventeligt kunne kurere lidelserne eller væsentligt og varigt forbedre helbredstilstanden.

Behandlinger af forebyggende, støttende, vedligeholdende og lindrende karakter er ikke dækket, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning. Forsikringen indeholder derimod forebyggende tilbud og rådgivning, som har til formål at forebygge skader og passe godt på dit helbred.

Forsikringen dækker dine faktiske udgifter til undersøgelse og behandling, efter at tilskud fra den offentlige sygesikring er fratrukket. Det betyder, at i det tilfælde, hvor den offentlige sygesikring dækker en del af ydelsen, modregner vi den del og betaler din andel (egenbetalingen). Hvis du er medlem af Sygeforsikringen "danmark", modtager og modregner vi dit eventuelle tilskud til behandlingen.

I de tilfælde, hvor vi henviser til undersøgelse eller behandling på privatklinik eller privathospital, vil betalingen normalt ske direkte mellem behandlingsstedet og os.

Vi dækker ikke udgifter, som det offentlige allerede fuldt eller delvist har dækket, eller som det offentlige har tilbudt at dække, men hvor datoen for undersøgelse eller behandling ikke passede dig, uanset årsagen.

Fysioterapi, kiropraktik og psykologbehandling

Du skal have en gyldig henvisning fra din læge til fysioterapi og anvende en behandler, som har overenskomst med sygesikringen (ydernummer).

Vælger du en behandler uden overenskomst, dækker forsikringen beløbet svarende til patientandelen efter den takst, der gælder for almen fysioterapi, og som indeksreguleres to gange årligt.

Holdtræning dækkes, hvis vi vurderer, at det er relevant som en del af behandlingen. I de tilfælde, hvor vi dækker holdtræning hos fysioterapeut som led i behandlingen, dækkes holdtræning svarende til patientandelen for holdtræning ved almindelig fysioterapi, som indeksreguleres årligt.

Hvis behandleren arbejder inden for sygesikringen, tager vi typisk din henvisning i brug, og vi dækker patientandelen efter tilskud fra sygesikringen. Det gælder også ved genoptræning og behandling i vores netværk.

For kiropraktik dækkes beløbet svarende til patientandelen efter den takst, der gælder for almen kiropraktik, som indeksreguleres årligt.

Ved lægehenvist psykologbehandling dækker vi patientandelen af behandlingen efter tilskud fra sygesikringen. Ved behandling hos psykolog uden overenskomst med sygesikringen (ydernummer) dækkes behandlerens takst, dog maksimalt 1.000 kr. pr. behandling.

Har du en henvisning fra din læge, og arbejder behandleren inden for sygesikringen, tager vi typisk din henvisning i brug, og vi dækker patientandelen efter tilskud fra sygesikringen. Det gælder også ved behandling i vores netværk.

Ovenstående bestemmelser gælder for de samlede forsikringsbetingelser, men de nærmere regler og undtagelser fremgår af de enkelte dækninger.

Øvrige behandlingstakster fremgår af de enkelte dækninger.

4.8 Valg af behandler og behandlingsmetode

Alle behandlinger skal være udført af sundhedsfaglige behandlere autoriseret efter dansk ret, medmindre andet følger af den enkelte dækning.

Forsikringen dækker kun de behandlingsformer, som er nævnt i forsikringsbetingelserne under de forskellige dækninger.

Vi kan tilbyde forskellige behandlingsformer og rådgivningsmuligheder, herunder også digitale tilbud. Aldersgrænsen for telefonisk og online behandling er 15 år.

Vi anviser et undersøgelses- og/eller behandlingssted i vores kvalitetssikrede netværk, medmindre andet fremgår af aftalen eller den enkelte dækning. Ved en række behandlingsformer kan du dog selv vælge behandler. Dette fremgår under de enkelte dækninger.

For børn gælder, at der kun kan tilbydes behandling i netværket hos de behandlere, der tilbyder behandling til børn.

Du kan ikke selv vælge at skifte mellem behandling hos en selvvalgt behandler og behandling hos en behandler i vores netværk undervejs i et behandlingsforløb.

I de tilfælde, hvor du er påbegyndt behandling hos en behandler uden for vores netværk, kan vi vælge, at fortsat behandling skal være hos en behandler anvist af os. F.eks. hvis du ønsker at skifte behandler, eller hvis vi vurderer, at behandlingen ikke har den ønskede effekt.

Ved behandling i vores netværk bestræber vi os på, at din behandling påbegyndes inden for 4-5 hverdage og maksimalt inden for 10 hverdage.

Ved undersøgelse og behandling hos speciallæge vil første undersøgelse og/eller behandling igangsættes inden for 10 hverdage i det offentlige eller i det private sundhedsvæsen. Vi anviser behandler/behandlingssted. Garantien på 10 hverdage gælder ikke for speciallæge i psykiatri (psykiater).

Der dækkes kun behandling, som den offentlige sygesikring har godkendt i relation til det offentlige sundhedsvæsen, og som er godkendt af de offentlige sundhedsmyndigheder i Danmark. Behandlingerne skal altid foregå efter metoder med dokumenteret effekt og indgå i aftalen med den offentlige sygesikring.

Behandlingsmetoden skal altid være godkendt af os og være i overensstemmelse med Sundhedsstyrelsens specialeplan og de nationale kliniske retningslinjer.

Der dækkes ikke alternative og/eller eksperimentelle behandlinger, der ikke er anerkendt til behandling af den pågældende sygdom/lidelse i henhold til en generel medicinsk vurdering, eller som ikke er beskrevet i de nationale kliniske retningslinjer og/eller er hyppigt anvendt og/eller rutinemæssigt udføres i det offentlige sundhedsvæsen.

Forsikringen dækker ikke udgifter til konsultation og/eller behandling hos praktiserende læger, speciallæger i almen medicin eller udenlandske læger, der kan sidestilles hermed, eller eksperimentelle og alternative behandlinger/behandlere, f.eks. naturlæger, hypnotisører og kropsterauteur eller andre alternative behandlere.

Der dækkes ikke udgifter til undersøgelse eller behandling udført af dig, dine familiemedlemmer eller en virksomhed tilhørende en af disse.

4.9 Vurdering af behandlingsbehov

Undersøgelse og behandling skal altid være sundhedsfagligt/lægeligt begrundet, og vi kan bede om en skriftlig henvisning eller en lægelig anbefaling, medmindre andet fremgår af dækningen.

Vores sundhedsteam bestående af sygeplejersker, læger, fysioterapeuter og andet sundhedsfagligt personale behandler og vurderer alle skader og anmeldelser.

Det er sundhedsteamet, der afgør, om den anmeldte sygdom/skade er omfattet af dækningen, og som vurderer, hvilken undersøgelse eller behandling der er behov for.

Der dækkes én behandlingsform ad gangen. Hvis det er nødvendigt, kan vi ud fra en sundhedsfaglig vurdering vælge at dække flere behandlingsformer samtidig.

Du er forpligtet til at give os de oplysninger, som vi vurderer, er nødvendige for at træffe vores afgørelse, f.eks. lægehenvielse eller kopi af journal. Som led i vores vurdering af, om en skade er dækket, eller om udgifterne er rimelige, kan vi kræve, at der foretages en ny vurdering hos en læge anvist af os.

Vi kan ud fra en faglig vurdering enten afvise at dække behandling, hvis problemet ikke kan afhjælpes, eller stoppe et behandlingsforløb, hvis vi vurderer, at behandlingen ikke har en væsentlig virkning.

4.10 Anmeldelse af skade

Anmeldelse skal altid ske i forsikringstiden. Den hurtigste måde at anmelde en skade på er at anmelde den online via vores hjemmeside. Anmeldelse kan også ske telefonisk.

Anmeldte skader behandles hurtigt og i de fleste tilfælde fra dag til dag.

Hvis du har spørgsmål om din forsikring, eller hvis din henvendelse drejer sig om en eksisterende sag, kan du kontakte sundhedsteamet via brugerportalen på vores hjemmeside.

Forsikrede over 18 år, inkl. myndige børn over 18 år, der er forsikrede på policer tegnet af forældre, bedsteforældre eller andre forsikringstagere end det forsikrede barn, skal selv anmode om dækning under forsikringen. For forsikrede børn under 18 år er det alene forældre, der er indehavere af forældremyndigheden, som kan anmode om dækning under forsikringen. Det gælder også, såfremt forsikringstageren ikke har forældremyndigheden, f.eks. en bedsteforælder.

Den, der anmoder om dækning eller hjælp til børn under 18 år, skal på vores anmodning dokumentere sin egen identitet og forældremyndighed.

Akut krisehjælp

Hvis din anmeldelse vedrører akut krisehjælp, kan du kontakte os hele døgnet på vores hovednummer. Ringer du uden for vores åbningstid, vil du via hovednummeret blive omstillet til vores akutte vagttelefon.

Du skal altid informere vagthavende om, at du er forsikret hos Dansk Sundhedssikring.

5. Hvad dækker forsikringen?

Afsnittet indeholder de forskellige dækninger.

De samlede forsikringsbetingelser gælder for alle dækninger, men der er særlige regler og undtagelser, som gælder for de enkelte dækninger.

Dækningerne er beskrevet i de følgende afsnit:

5.1 SundhedsNavigator og sundhedsrådgivning

Vores sundhedsteam bestående af læger, sygeplejersker, fysioterapeuter og andet sundhedsfagligt personale har mange års erfaring fra forskellige specialer og tilbyder rådgivning om sundhed og sygdom.

Du tilbydes adgang til telefonisk sygeplejerske-, fysioterapeut- og lægekonsultation vedrørende alle sundheds- og helbredsproblemer – også dem, der ikke kræver egentlig behandling, eller som ikke er omfattet af forsikringsdækningen.

Sundhedsteamet kan bl.a. hjælpe med rådgivning om sundhed og helbred, trivselsproblemer, stress og stressforebyggelse, misbrugsproblemer, smerter og smertebehandling, graviditet, hjernerystelse, overgangsaldergener, kost, livsstilsændringer, behandlingsforløb og ledelsesudfordringer samt rådgive om relevante tilbud til kræfttramte, samtalegrupper, inspiration til mentale øvelser, kostvejledning og træning.

Vores sygeplejersker og fysioterapeuter kan også rådgive om fysisk aktivitet og stillesiddende tid til unge, voksne, ældre og gravide, og hvordan fysisk aktivitet kan lindre mange symptomer, og give adgang til materialer, træningsvejledning, træningsvideoer og en evidensbaseret træningsapp.

Vi tilbyder også forskellige målrettede rådgivningslinjer og -tilbud, som du finder mere information om under de forskellige dækninger:

- Graviditetsrådgivning
- Forebyggende stress- og trivselslinje
- Ungerådgivning
- Misbrugsrådgivning
- Online lægehjælp
- Rådgivning og tidlig indsats under og efter kræftsygdom
- Adgang til personlig rådgivning fra faguddannede farmaceuter og farmakonomer via chat, e-mail eller telefon – f.eks. om overgangsalder, medicin og kosttilskud, generel sundhed, rygestop, rabat på apotekervarer og levering til døren fra et onlineapotek, vi samarbejder med.

Sundhedsfaglig tovholder

Vores sundhedsteam har indgående kendskab til såvel det offentlige som det private sundhedsvæsen.

Via vores unikke SundhedsNavigator- og tovholderkoncept tilbyder vi hjælp og rådgivning i forbindelse med din behandling samt vejledning om det offentlige sundhedssystems behandlingstilbud – f.eks. patientrettigheder, klageprocedurer, erstatning, ventetider, frit sygehusvalg samt udrednings- og behandlingsgarantier.

Vi hjælper også med at gennemgå journaler fra hospitaler og læger, bestille tider til behandling eller undersøgelse, vejlede om transport eller anden assistance, hvis du har brug for det.

I de tilfælde, hvor skaden kun kan løses i det offentlige eller ikke er dækket af forsikringen, tilbyder vi dig rådgivning i forbindelse med dit behandlingsforløb i det offentlige sundhedsvæsen.

5.2 Rådgivning og indsatser under og efter kræftsygdom

Forsikringen tilbyder støtte under og efter kræftsygdom i form af rådgivning ved sundhedsfaglige eksperter.

Sundhedsteamet tilbyder telefonisk rådgivning, støtte og opfølgning, herunder vejledning om symptomer og mulige behandlinger for fysiske senfølger af kræftbehandling.

Sundhedsteamet kan rådgive om og/eller visitere til relevante tilbud i det offentlige eller under sundhedsforsikringen, herunder:

- Rådgivning om relevante tilbud til kræftramte
- Samtalegrupper
- Inspiration til mentale øvelser
- Kostvejledning
- Træning og behandling
- Online lægehjælp

5.3 Graviditetsrådgivning

Sundhedsforsikringen tilbyder telefoniske rådgivningsforløb til gravide og nybagte forældre ved en personlig graviditetsrådgiver. Vores graviditetsrådgivere har alle en relevant sundhedsfaglig baggrund og tilbyder telefoniske rådgivningssamtaler om emner som graviditetsgener, gravid på arbejde, den første tid efter fødslen, forælderrollen, abort, kost, livsstil, arbejdsliv, fødsel, parforhold, efterreaktioner, fødselsdepression, barsel og amning og barnets trivsel og udvikling. Graviditetsrådgiveren vurderer på baggrund af dialogen med dig, om der er behov for en opfølgende samtale.

Du kan ringe og få rådgivning alle hverdage inden for de gældende åbningstider, der fremgår af vores hjemmeside. Du ringer via hovednummeret og taster dig ind på linjen via menuen. Hvis der ikke er en ledig graviditetsrådgiver, vil du blive ringet op på et aftalt tidspunkt.

Du kan også kontakte graviditetsrådgivningen ved hjælp af computer, tablet eller smartphone via burgerportalen på vores hjemmeside. Her kan du skrive, når det passer bedst, og modtage skriftligt svar eller blive ringet op af en graviditetsrådgiver på et aftalt tidspunkt.

5.4 Kroniske sygdomme

Forsikringen dækker undersøgelse og behandling af kroniske sygdomme og lidelser, som opstår i forsikringstiden, i op til 6 måneder fra diagnosetidspunktet, hvis vi vurderer, at behandling vil medføre en væsentlig og varig forbedring af tilstanden. Kroniske sygdomme og lidelser opstået og/eller diagnosticeret før forsikringstiden er ikke dækket.

Sundhedsteamet tilbyder altid hjælp til alle kroniske lidelser med rådgivning og vejledning om det offentlige sundhedssystems behandlingstilbud, patientrettigheder, ventetider, udrednings- og behandlingsgarantier og offentlig tidsbestilling.

5.5 Følgesygdomme til kroniske sygdomme

Undersøgelse og behandling af følgesygdomme, som opstår i forsikringstiden som en direkte følge af en kronisk sygdom, dækkes i op til 6 måneder fra diagnosetidspunktet. Det er en forudsætning for dækning, at vi vurderer, at behandling vil medføre en væsentlig og varig forbedring af tilstanden. Følgesygdomme opstået, før forsikringen trådte i kraft, er ikke dækket.

5.6 Undersøgelse og behandling hos speciallæge

Forsikringen dækker rimelig og nødvendig undersøgelse og behandling af dækningsberettiget sygdom/skade, som er udført af relevant speciallæge på hospital eller klinik. For speciallæge i psykiatri gælder særlige bestemmelser, jf. afsnit 5.8 "Mental sundhed".

Der dækkes rimelige undersøgelser, som vi vurderer, er nødvendige for at stille en diagnose, og behandling udført af relevant speciallæge i de tilfælde, hvor vi vurderer, at behandlingen kan kurere eller væsentligt og varigt reducere sygdommen.

Lægehenviisning

Du skal altid have en gyldig henviisning eller anbefaling fra din læge. Hvis din læge vurderer, at du har brug for undersøgelse eller behandling, skal du henvises til relevant speciallæge i det offentlige sundhedsvæsen. Denne henviisning kan du anvende, når du ønsker at bruge din forsikring. Ultralydsscanninger, røntgenundersøgelser og MR-scanninger kræver også en henviisning.

10 dages undersøgelses- og behandlingsgaranti

Du garanteres, at dækningsberettiget undersøgelse eller behandling er sat i gang i det private eller i det offentlige sundhedsvæsen, inden for 10 hverdage efter at vi har modtaget og godkendt din anmeldelse.

Har vi brug for flere oplysninger, f.eks. lægehenviisning eller anden relevant information, starter de 10 hverdage, efter vi har modtaget og godkendt de nødvendige oplysninger.

Forsikringen dækker ikke undersøgelse/behandling, som ikke kan vente op til 10 hverdage før første speciallægebesøg, jf. bestemmelserne i afsnit 4.3 "Akut behandling er ikke dækket".

Er du allerede i et offentligt forløb, eller er du henvist til undersøgelse og/eller behandling/operation i det offentlige sygehusvæsen eller hos en offentlig speciallæge, og får du tilbudt, eller kan du tilbydes, en offentlig tid inden for garantien på 10 hverdage, er behandlingsbehovet ikke dækket af forsikringen. Her skal det offentlige tilbud altid aktiveres og/eller benyttes.

Hvis du er i et igangværende forløb i det offentlige sundhedsvæsen, og der foreligger en relevant behandlingsplan, og/eller hvis vi vurderer, at det offentlige sundhedsvæsen har de bedste muligheder for undersøgelse og/eller behandling, så kan vi i relevante tilfælde afvise dækning i privat regi. Vi hjælper med rådgivning og navigation i den videre proces.

Hvis vi vurderer, at det ikke er muligt for dig at få en tid inden for 10 hverdage i det offentlige sundhedsvæsen, herunder frit sygehusvalg og aktivering af retten til hurtig udredning og behandling, og at undersøgelse eller behandling i privat regi er den bedste løsning ud fra et sundhedsfagligt perspektiv, kan vi i stedet henvise dig til undersøgelse og/eller behandling på et privathospital eller en privatklinik i vores netværk.

Du skal altid anvende den behandler, som vi anviser.

I de tilfælde, hvor ventetiden i det private sundhedsvæsen er på samme niveau som i det offentlige, kan vi vælge, at det offentlige tilbud skal benyttes.

Hudlidelser

Forsikringen dækker hudlidelser, som vi vurderer, påvirker din helbredstilstand væsentligt, f.eks. hudlidelser med udtalt kløe, smerter, sårdannelse, udbredt hududslæt eller infektioner.

Hudsygdomme, som vi betragter som kosmetiske eller kroniske, dækkes ikke, jf. afsnit 6 "Hvad forsikringen ikke dækker".

Vi hjælper altid med rådgivning, offentlig navigation og hjælp til tidsbestilling i forbindelse med alle hudlidelser.

Hudkræft

Hvis forsikringen tidligere har dækket udredning og/eller behandling af hudkræft (f.eks. basalcellekræft eller pladecellekræft), og sygdommen vender tilbage og kræver ny undersøgelse og/eller behandling, så dækker forsikringen én ny udredning og/eller behandling inden for 3 år fra den oprindelige sygdomsdebut.

Astma- og allergiudredning

Forsikringen dækker udredning ved mistanke om astma eller allergi med henblik på at kunne stille en diagnose. Det er en forudsætning for dækning, at egen læge ikke er i stand til at foretage udredning i sin praksis. Udredningen skal være godkendt af os og ordineret af en relevant speciallæge.

Forsikringen dækker ikke i de tilfælde, hvor egen læge har anbefalet eller henvist til udredning på et offentligt sygehus.

Forsikringen dækker ikke udredning af tidligere kendt astma/allergi eller astma/allergi, hvor der opleves forværring, uanset den udløsende årsag.

Forsikringen dækker ikke behandling af astma og/eller allergi.

Grå stær

Grå stær diagnosticeret i forsikringstiden, herunder udvikling af efterstær, dækkes i op til 6 måneder fra diagnosetidspunktet. Efterstær betragtes som en følgelidelse og dækkes i op til 6 måneder fra diagnosetidspunktet. Grå stær og efterstær, som er diagnosticeret, inden forsikringen trådte i kraft, er ikke dækket.

Åreknuder

Åreknuder dækkes kun, hvis der efter vores vurdering er alvorlige symptomer, f.eks. i form af sår, som ikke vil hele, eller dyb betændelse, hvis du har mistet din køretilladelse pga. lidelsen, og/eller hvis du er sygemeldt.

Kræft

Forsikringen dækker undersøgelse og behandling af kræftsygdomme, hvis diagnosen stilles i forsikringstiden.

Hvis ventetiden på undersøgelse og/eller behandling i det offentlige sundhedsvæsen er på samme niveau som i det private, skal det offentlige tilbud altid benyttes.

Undtaget fra dækning er kræftformer, som kræver komplicerede behandlingsmetoder, f.eks. kemo- og strålebehandling samt akut eller eksperimentel behandling. Der dækkes kun behandling, som kan foretages på privathospitaler i Danmark, som vi samarbejder med.

Ved kræftsygdomme, som indgår som et samlet pakkeforløb i det offentlige, skal det offentlige tilbud altid aktiveres og benyttes. Sundhedsteamet hjælper med rådgivning i den videre proces.

Hjertesygdomme

Ved behandling/operation af hjertesygdomme henviser vi til det offentlige tilbud, da vi betragter det som akut behandling. Vi hjælper med rådgivning i den videre proces.

Undersøgelles- og behandlingsgarantien dækker ikke:

- Hvis det offentlige har tilbudt dig eller har mulighed for at tilbyde dig undersøgelse og/eller behandling inden for garantien på 10 hverdage, men datoen ikke passer dig, uanset årsagen til dette.
- Hvis du helt eller delvist afviser et tilbud om undersøgelse og/eller behandling i det private eller offentlige sundhedsvæsen, uanset årsagen (f.eks. fordi du ønsker et andet behandlingssted end det anviste).
- Hvis du udtrykker ønske om undersøgelse eller behandling på et senere tidspunkt end i perioden for undersøgelses- og behandlingsgarantien.
- Hvis vi vurderer, at det ikke er sundhedsfagligt hensigtsmæssigt eller optimalt at igangsætte undersøgelse eller behandling inden for 10 hverdage.
- Hvis godkendt og planlagt undersøgelse eller behandling udskydes af medicinske årsager.
- Hvis du er i gang med et udvidet og/eller længevarende udrednings- og/eller behandlingsforløb i det offentlige sundhedsvæsen.
- Hvis vi vurderer, at behandlingen er højt specialiseret og bør foretages i det offentlige, f.eks. ved særegne sygdomsdiagnoser eller komplicerede sygdomsforløb, eller hvis du er i gang med et længerevarende udredningsforløb i det offentlige.
- I tilfælde af storkonflikter og/eller begrænset kapacitet i det offentlige sundhedsvæsen samt uforudsigelige hændelser, som ligger uden for vores kontrol, f.eks. samfundsmæssige handlinger, it-nedbrud, hackerangreb, pandemier, epidemier, lockout og lignende – i disse tilfælde har vi ret til en rimelig forlængelse af garantien.

5.6.1 Efterkontrol

Forsikringen dækker nødvendig ambulant efterkontrol efter dækningsberettiget operation i op til 24 måneder efter sidste behandlingsdag. Kontrollen skal være ordineret af relevant speciallæge og efter vores vurdering være rimelig og nødvendig. Forsikringen dækker ikke gentagne kontroller.

Kontrol efter operation foretaget i offentligt regi, eller i privat regi betalt af det offentlige, dækkes ikke.

5.6.2 Reoperation

Forsikringen dækker reoperation efter en dækningsberettiget operation, hvis den primære operation er foretaget på et behandlingssted anvist af os. Reoperationen skal være ordineret af speciallæge og godkendt af Dansk Sundhedssikrings læge. Vi henviser til et behandlingssted.

5.6.3 Second opinion

Forsikringen dækker i visse tilfælde konsultation hos relevant speciallæge, hvis du:

- Har en livstruende eller særlig alvorlig sygdom eller skade
- Står over for valget om at modtage særlig risikofyldt behandling, som kan være livstruende eller give varige mén.

Hvis vi vurderer, at du skal tilbydes en second opinion, vil vi henvise dig til relevant speciallæge i det offentlige eller i det private sundhedsvæsen.

Third opinion

Står du over for en vanskelig stillingtagen, eller er der usikkerhed om din diagnose eller behandlingsform, tilbyder vi telefonisk rådgivende konsultation ved vores læger og sygeplejersker. Det gælder også, hvis to læger er uenige om din diagnose eller behandlingsform.

5.6.4 Medicinudgifter

Forsikringen dækker rimelige udgifter til egenbetaling af receptpligtig medicin i direkte tilslutning til en dækningsberettiget operation på et behandlingssted anvist af os. Medicinen skal være ordineret af behandlende speciallæge og være nødvendig for den udførte operation. Medicinudgifter dækkes i op til 24 måneder fra operationsdatoen.

Der dækkes ikke udgifter til håndkøbsmedicin. Det gælder også, hvis medicinen fås både på recept og i håndkøb.

5.6.5 Midlertidige hjælpemidler

Forsikringen dækker rimelige udgifter til personlige midlertidige hjælpemidler, som vi vurderer, er nødvendige i forbindelse med en dækningsberettiget operation eller behandling. Hjælpemidlerne skal være ordineret af behandlende speciallæge. Udgifter til hjælpemidler ved ambulant genoptræning er ikke dækket.

Der dækkes ikke udgifter til hjælpemidler, som kan modtages via de offentlige tilskud til hjælpemidler. Ortopædisk fodtøj, CPM-maskine og lignende dækkes ikke.

5.6.6 Genoptræning

Forsikringen dækker rimelig og nødvendig ambulant genoptræning med almen fysioterapi og kiropraktik i direkte tilslutning til en dækningsberettiget operation i bevægeapparatet. Genoptræningen skal være ordineret af behandlende speciallæge.

Forsikringen dækker genoptræning efter operation i det offentlige, hvis operationen er dækningsberettiget.

Ud fra en sundhedsfaglig vurdering dækker forsikringen lægehenvist genoptræning til dækningsberettigede og ikke-operationskrævende lidelser, f.eks. slidgigt i knæ og hofter samt diskusprolaps i ryg, lænd og nakke uden operation. Der dækkes konservativ behandling, herunder eventuelt holdtræning som led i genoptræningsplanen.

Genoptræningen har til formål at opnå selvtræningsniveau.

Behandlingen kan finde sted i vores netværk eller hos en behandler efter eget valg.

Refusion og tilskud

Du skal have en gyldig lægehenvist til fysioterapi og anvende en behandler, som har overenskomst med sygesikringen. Vi dækker patientandelen af behandlingen efter tilskud fra sygesikringen. Vælger du en behandler uden overenskomst, dækker forsikringen beløbet svarende til patientandelen efter den takst, der gælder for almen fysioterapi, og som indeksreguleres to gange årligt.

Holdtræning ved fysioterapeut dækkes, hvis det er som led i et dækket genoptræningsforløb og er godkendt af os. Der dækkes holdtræning svarende til patientandelen for holdtræning, som indeksreguleres årligt.

For kiropraktik dækkes beløbet svarende til patientandelen efter den takst, der gælder for almen kiropraktik (indeksreguleres årligt).

Forsikringen dækker ikke andre former for genoptræning.

Der dækkes ikke rekreative- og behandlingsophold i forbindelse med genoptræning (rekreation dækkes ud fra bestemmelserne i afsnit 5.6.7 "Rekreation").

Genoptræning i Dansk Sundhedssikrings netværk

Forsikringen dækker det nødvendige antal behandlinger pr. sygdom/skade ud fra en faglig vurdering. Du tilbydes en hurtig tid hos en kvalitetssikret klinik, og vi afregner direkte med behandleren.

Genoptræning uden for Dansk Sundhedssikrings netværk

Forsikringen dækker det nødvendige antal behandlinger ved selvvalgt behandler ud fra en faglig vurdering. Behandlingerne tildeles i portioner. Er der behov for flere behandlinger, skal du kontakte sundhedsteamet, der vurderer, om der kan bevilges flere behandlinger. Som led i vores vurdering kan vi bede om en status og en genoptræningsplan eller en behandlingsplan fra din behandler. Du afregner selv med behandleren. Når dit behandlingsforløb er afsluttet, skal du indsende en kopi af alle originale regninger.

5.6.7 Rekreation

Forsikringen dækker udgifter til godkendt rekreationsophold i Danmark i direkte forlængelse af en operation eller indlæggelse, som forsikringen dækker. Der dækkes rimelige og nødvendige udgifter, dog maksimalt 75.000 kr.

Opholdet skal være skriftligt ordineret af behandlende speciallæge samt Dansk Sundhedssikrings læge. Vi kan bede om at få tilsendt en behandlingsplan. Vi henviser til et behandlingssted i vores kvalitetssikrede netværk.

Der ydes ikke tilskud til ferielignende ophold, afstresning eller lignende. Der dækkes ikke rekreationsophold som følge af psykiske lidelser.

Der kan maksimalt dækkes udgifter til rekreationsophold for 75.000 kr. pr. forsikret i hele forsikringstiden.

5.6.8 Hjemmehjælp/hjemmesygeplejerske

Forsikringen dækker rimelige og nødvendige udgifter til midlertidig hjælp i hjemmet i direkte forlængelse af en dækningsberettiget operation iværksat af os. Som et nødvendigt led i behandlingen skal hjælpen være ordineret af behandlende speciallæge. Der dækkes midlertidig hjælp til rengøring, indkøb, personlig hygiejne samt på- og afklædning i maksimalt 6 måneder regnet fra udskrivesdatoen.

Der dækkes ikke hjemmehjælp i de tilfælde, hvor behovet kan tilskrives alderdom, demens, senilitet eller lignende. Vi kan vælge, at det skal være hos en hjemmeservicevirksomhed anvist af os.

5.6.9 Transportudgifter

Forsikringen dækker rimelige udgifter til transport i Danmark mellem hjemmet og behandlingsstedet i forbindelse med speciallægehjælp på hospital/klinik. Transporten skal altid være aftalt med og godkendt af os. Der dækkes ikke transportudgifter i forbindelse med speciallæge i psykiatri, akut krisehjælp, hospice og terminal pleje eller misbrugsbehandling.

Udgifter til taxa dækkes ikke. Transportudgifter i forbindelse med speciallægehjælp i udlandet dækkes ikke. Der dækkes ikke udgifter til transport til og fra Danmark.

Regninger for transport skal være indsendt, senest 6 måneder efter at behandlingen er afsluttet, for at du er berettiget til refusion.

Transport til og fra undersøgelse og behandling

Forsikringen dækker udgifter til transport til og fra dækningsberettiget undersøgelse/behandling hos speciallæge i de tilfælde, hvor vi henviser dig til et hospital eller en klinik mere end 60 km fra din bopæl. Der dækkes efter statens laveste takst for kørsel i egen bil (indeksreguleres) eller den billigste offentlige transportform.

Sygetransport (liggende)

Forsikringen dækker liggende sygetransport mellem hjemmet og dækningsberettiget indlæggelse/operation. Liggende transport skal være ordineret af behandlende speciallæge. Det er en forudsætning for dækning, at vi vurderer, at du af helbredsmæssige årsager ikke kan transporteres i bil – heller ikke som passager – eller tage offentlige transportmidler, og at transporten ikke er dækket fra anden side. Vi kan vælge, at det skal være hos en leverandør anvist af os.

Medicinsk ledsager

Forsikringen dækker rimelige transportudgifter for én medicinsk ledsager, hvis vi vurderer, at din helbredstilstand kræver, at der er en ledsager med.

5.7 Fysisk sundhed

Allerede ved din første henvendelse til forsikringen kan sundhedsteamet tilbyde rådgivning og støtte til håndtering af fysiske udfordringer – uanset om de er omfattet af forsikringsdækningen eller ej.

For at sikre optimal forebyggelse, rådgivning og behandling af din problemstilling kan vi ud fra en faglig vurdering henvise til forskellige rådgivnings- og behandlingsformer og/eller selvtræning, f.eks. træningsrådgivning, træningsvideoer, træningsapp, online fysioterapi, fysioterapi og kiropraktik med fysisk fremmøde eller en kombination af digital behandling og fysisk fremmøde.

I de tilfælde, hvor du henvises til behandling, vil sundhedsteamet løbende vurdere, hvor mange behandlinger du har brug for, og om du modtager den rette behandling.

Træningsapp

Vi kan ud fra en sundhedsfaglig vurdering give dig op til 6 måneders adgang til en træningsapp, som tilbyder genoptræning og forebyggelse af smerter i hele kroppen ud fra særlig tilrettelagte træningsprogrammer.

Godt fra Start – hurtig hjælp til nyopståede og ukomplicerede smerter i bevægeapparatet

Sundhedsteamet tilbyder hurtig afklaring af behandlingsbehovet, rådgivning og vejledning om øvelser til håndtering af egne smerter, opfølgning, omsorgsopkald og adgang til en evidensbaseret træningsapp ud fra den nyeste sundhedsfaglige viden ved erfarne sygeplejersker og fysioterapeuter.

Fysioterapeut og kiropraktor

Forsikringen dækker rimelig og nødvendig behandling efter henvisning fra sundhedsteamet. Det er en forudsætning for dækning, at der er et sundhedsfagligt/lægeligt dokumenteret behov for at behandle.

Behandlingerne skal efter vores vurdering sikre progression og føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden. Vi kan efter en faglig vurdering enten afvise at dække behandling af en tilbagevendende lidelse/problematik eller stoppe et behandlingsforløb, hvis behandlingen skønnes at være uden virkning.

Fysiske lidelser, som efter vores vurdering ikke kan kureres eller væsentligt og varigt forbedres, dækkes ikke.

Behandlingen kan finde sted i vores netværk eller hos en behandler efter eget valg.

Du skal altid have en gyldig lægehenviisning til fysioterapi, og fysioterapeuten eller kiropraktoren skal have overenskomst med sygesikringen (ydernummer). Vi dækker patientandelen efter tilskud fra sygesikringen. Hvis du vælger en behandler uden overenskomst, dækker forsikringen beløbet svarende til patientandelen efter den takst, der gælder for almen fysioterapi, og som indeksreguleres to gange årligt.

Holdtræning ved fysioterapeut dækkes, hvis det er som led i et dækket behandlingsforløb og er godkendt af os. Der dækkes holdtræning svarende til patientandelen for holdtræning, som indeksreguleres årligt.

For kiropraktik dækkes beløbet svarende til patientandelen efter den takst, der gælder for almen kiropraktik (indeksreguleres årligt).

Online fysioterapi og blended care (kombineret behandling)

I relevante tilfælde kan vi henvise dig til et målrettet forløb med en fysioterapeut, som vi har indgået et samarbejde med. Forløbet kan ud fra en faglig vurdering og i samråd med dig være rent digitalt i form af videokonsultationer med fysioterapeuten eller som blended care – en kombination af digital behandling og fysisk fremmøde. Forløbet indeholder muligheden for chatfunktion mellem konsultationerne og gratis adgang til en digital træningsplatform.

I relevante tilfælde kan vi henvise dig til et målrettet forløb med en kiropraktor, som vi har indgået et samarbejde med. Forløbet er en kombination af digital behandling og fysisk fremmøde (blended care).

Forløbslængden afhænger af en faglig vurdering. Du tilbydes en hurtig tid hos en kvalitetssikret samarbejdspartner, og vi afregner direkte med behandleren.

Behandling i Dansk Sundhedssikrings netværk

Forsikringen dækker det nødvendige antal behandlinger pr. sygdom/skade ud fra en faglig vurdering. Du tilbydes en hurtig tid hos en kvalitetssikret behandler, og vi afregner direkte med behandleren.

Behandling uden for Dansk Sundhedssikrings netværk

Forsikringen dækker det nødvendige antal behandlinger hos selvvalgt fysioterapeut eller kiropraktor ud fra en faglig vurdering. Behandlingerne tildeles i portioner.

Er der behov for yderligere behandlinger, skal du kontakte sundhedsteamet, der vurderer, om der kan bevilges flere behandlinger. Som led i vores vurdering kan vi bede om en lægefaglig vurdering eller en skriftlig begrundelse for fortsat behandling fra fysioterapeuten eller kiropraktoren.

Du afregner selv med behandleren. Når dit behandlingsforløb er afsluttet, skal du indsende en kopi af alle originale regninger.

I de tilfælde, hvor du er påbegyndt behandling hos en behandler uden for vores netværk, kan vi vælge, at fortsat behandling skal være hos en behandler anvist af os. F.eks. hvis du ønsker at skifte behandler, eller hvis vi vurderer, at behandlingen ikke har den ønskede effekt.

GLA:D-træning for hofte, knæ og ryg

Hvis du får diagnosticeret artrose i hofte eller knæ eller langvarige (mere end 3 måneder) eller tilbagevendende rygsmerter/længerevarende ryglidelse, kan vi ud fra en faglig vurdering vælge at dække et GLA:D-træningsforløb. Sundhedsteamet kan visitere direkte til behandling.

Vi vil henvise dig til din læge i de tilfælde, hvor vi vurderer, at du af medicinske årsager bør tilses af en læge inden eventuel opstart af behandling.

Forløbslængden afhænger af en faglig vurdering og fastlægges ud fra Sundhedsstyrelsens retningslinjer for GLA:D-forløb. Behandlingen kan finde sted i vores netværk eller hos en behandler efter eget valg.

Der ydes dækning for behandlerens takst – dog maksimalt for det beløb, der svarer til det fulde honorar for almen fysioterapi, jf. overenskomstens indeksregulerede takster.

Der dækkes ét GLA:D-forløb pr. sygdomsregion (knæ, hofte, ryg) i forsikringstiden. Vi betragter forløbet som afsluttet, hvis du vælger at afbryde behandlingen før tid.

For GLA:D-træning gælder der ikke en grænse på 6 måneders behandling fra diagnosetidspunktet. I de tilfælde, hvor vi ikke kan dække GLA:D-træning for din problematik, vil dækningen for almindelig fysioterapi være gældende.

5.8 Mental sundhed

Allerede ved din første henvendelse til forsikringen kan sundhedsteamet ud fra en faglig vurdering tilbyde rådgivning og støtte til håndtering af mentale udfordringer – uanset om de er omfattet af forsikringsdækningen eller ej.

I de tilfælde, hvor vi vurderer, at du har brug for behandling for psykisk lidelse eller mentale udfordringer – f.eks. hvis du har nedsat evne til at fungere i hverdagen og/eller behandlingskrævende symptomer, jf. bestemmelserne i afsnittet "Behandling hos psykolog og psykoterapeut" og i afsnit 1.2 "Hvad dækker forsikringen?" – dækker forsikringen rimelig og nødvendig behandling. Det er en forudsætning for dækning, at skaden er dækningsberettiget.

Vi kan tilbyde rådgivning ved stress-, trivsels- og livsforandringsudfordringer og visitere til en række forskellige behandlingsformer, herunder telefonisk, online eller fysisk behandling samt et specialiseret behandlingsprodukt til børn.

Forløbstypen vil være afhængig af den enkelte sag og sundhedsteamets faglige vurdering. De nærmere bestemmelser fremgår af de enkelte afsnit.

I de tilfælde, hvor vi sundhedsfagligt vurderer, at udredning og/eller behandling bedst kan varetages i det offentlige, kan vi henvise til, at det offentlige tilbud skal aktiveres og benyttes. Det kan f.eks. være i de tilfælde, hvor der ikke er varig bedring efter tidligere forsøgt behandling hos en psykolog og/eller en psykiater, eller hvis der er tale om en tilbagevendende lidelse, eller ved udredning og behandling ved mistanke om alvorlig psykisk sygdom. Vi tilbyder vejledning og støtte i processen.

Er du henvist til et pakkeforløb i det offentlige sundhedsvæsen, skal dette tilbud altid benyttes.

Forebyggende stress- og trivselslinje

Når du har en sundhedsforsikring hos Dansk Sundhedssikring, kan du ringe og få personlig og hurtig rådgivning om og støtte til stress- eller trivselsrelaterede problemer, der ikke kræver egentlig behandling.

Stress- og trivselslinjen håndteres af et erfarent internt rådgivningsteam, hvor alle har relevant sundhedsfaglig baggrund og kan hjælpe dig med at forebygge og håndtere problemer, før de vokser sig store.

Her kan du få hurtig og personlig rådgivning og hjælp til at styrke din mentale sundhed – allerede ved tidlige tegn på stress- og trivselsproblemer.

Der rådgives f.eks. om:

- Reducering og forebyggelse af tidlige tegn på stress og mistrivsel
- Private trivselsproblemer, f.eks. personlige kriser, sorg, skilsmisse, sygdom og misbrug samt udfordringer vedrørende børn, samliv og livsstil
- Arbejdsrelaterede trivselsproblemer, f.eks. arbejdsliv og sygdom, udbrændthed, afskedigelse, mobning og konflikter.

Der kræves ikke lægehenviisning, og rådgivningsteamet finder ud af, om der er behov for opfølgende samtaler.

Som en del af stress- og trivselslinjen tilbyder vi også:

- **Ungerådgivning**

Rådgivning af indtegnede unge mellem 16 og 27 år i form af fortrolige samtaler med sundhedsfagligt personale om udfordringer som f.eks. stress, angst, kronisk sygdom, ensomhed, spise-problemer eller lavt selvværd eller problemer i familien, skolen eller med vennerne.

- **Misbrugsrådgivning**

Fortrolige samtaler i form af rådgivning og vejledning om misbrugsproblemer ved sundhedsfagligt personale. Der rådgives f.eks. om misbrug eller om behandling af forskellige former for misbrug (f.eks. alkohol, kokain, hash og medicin), ludomani og købemani, sex- og pornoafhængighed og spilafhængighed (gaming disorder) eller om udfordringer ved at være pårørende til eller tæt på en med misbrugsproblemer.

Misbrugslidelser af enhver art er ikke dækket af basisforsikringen. Misbrugsbehandling dækkes ud fra de særlige bestemmelser for afsnit 5.12 "Misbrugsbehandling".

Du kan ringe til stress- og trivselslinjen alle hverdage inden for de gældende åbningstider, der fremgår af vores hjemmeside. Du ringer via hovednummeret og taster dig ind på linjen via menuen. Hvis der ikke er en ledig rådgiver, vil du blive ringet op på et aftalt tidspunkt.

Du kan også kontakte rådgivningen ved hjælp af computer, tablet eller smartphone via brugerportalen. Her kan du skrive, når det passer bedst, og modtage skriftligt svar eller blive ringet op af en rådgiver på et aftalt tidspunkt.

Adgang til mental sundhedsapp og mindfulness for børn, unge og forældre

Vi kan ud fra en sundhedsfaglig vurdering give dig 6 måneders adgang til en mental sundheds-app. Appen er baseret på kognitiv adfærdsterapi og lærer børn på mellem 8 og 16 år og deres forældre at håndtere svære følelser og emner som sorg, mobning, generthed, skilsmisse, social angst, søvnproblemer og afhængighed af gaming samt tilbyder mindfulness til børn og voksne.

Forsikredes børn er omfattet af denne dækning, uanset om de er medforsikrede eller ej.

Digital ADHD-/ADD-vejledning ved psykiater og specialuddannet psykolog

Sundhedsteamet kan give dig adgang til en digital læringsplatform med hjælp til selvhjælp i form af nyttig viden og vejledning om ADHD/ADD. Platformen er udarbejdet af specialister inden for psykiatri og psykologi og kan også bruges af pårørende. Du skal være 18 år eller derover for at kunne anvende platformen.

Den mentale værktøjskasse

Vi tilbyder forskellige forløb, hvor du opnår viden om det sunde sinds reaktioner på belastning og får konkrete værktøjer til selv at kunne handle og styrke din mentale sundhed. Der fokuseres på funktionsniveau og handlinger tilpasset din situation og dine erfaringer.

Sundhedsteamet kan ud fra en faglig vurdering tilbyde adgang til forskellige målrettede tilbud:

- **Mental sundhed – din værktøjskasse**

Livewebinar med psykologer/psykoterapeuter, hvor du får viden om, hvordan du håndterer belastninger, f.eks. store livsforandringer. Du har mulighed for at stille spørgsmål undervejs. Du opnår viden om sindets reaktioner og får konkrete værktøjer, du selv kan bruge fremover til at styrke din mentale sundhed.

- **Mental sundhed – din værktøjskasse med mentor**

Personlige samtaler med en erfaren mentor målrettet mod livsudfordringer, hvor der er brug for ekstra støtte til selv at arbejde med værktøjer, der styrker din mentale sundhed.

Behandling hos psykolog og psykoterapeut

Forsikringen dækker ud fra en faglig vurdering af behandlingsbehovet relevant, rimelig og nødvendig individuel behandling/terapi vedrørende behandlingskrævende psykiske lidelser og mentale udfordringer hos en psykolog med praksisuddannelse (klinisk psykolog) eller en psykoterapeut.

Behandlingen kan finde sted i vores netværk eller hos en behandler efter eget valg. Behandling ved psykoterapeut tilbydes kun i vores netværk.

Det er en forudsætning for dækning, at der er et sundhedsfagligt/lægeligt dokumenteret behov for at behandle, og at der er behandlingskrævende symptomer/nedsat evne til at fungere i hverdagen.

Behandlingerne skal efter vores vurdering sikre progression og føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden, og vi kan efter en faglig vurdering afvise at dække behandling af en tilbagevendende lidelse/problematik.

Psykiske lidelser, som efter vores vurdering ikke kan kureres eller væsentligt og varigt forbedres, dækkes ikke.

Sundhedsteamet visiterer til behandlingsformen og vil løbende vurdere, hvor mange behandlinger du har brug for, og om du modtager den rette behandling.

Vi vurderer, om du eventuelt skal indsende en gyldig lægehenviisning eller en lægelig anbefaling.

Stress kræver ikke henviisning/anbefaling fra læge. Teamet kan ud fra en faglig vurdering visitere til forskellige former for forebyggelse af, rådgivning om og behandling af stress.

Har du en henviisning fra din læge, og arbejder behandleren inden for sygesikringen, tager vi typisk din henviisning i brug, og vi dækker patientandelen efter tilskud fra sygesikringen. Det gælder også ved behandling i vores netværk.

Ved lægehenvist psykologbehandling dækker vi patientandelen af behandlingen efter tilskud fra sygesikringen.

Ved behandling hos psykolog uden overenskomst med sygesikringen (ydernummer) dækkes behandlerens takst, dog maksimalt 1.000 kr. pr. behandling.

Behandling i Dansk Sundhedssikrings netværk

Forsikringen dækker det nødvendige antal behandlinger pr. sygdom/skade ud fra en faglig vurdering. Du tilbydes en hurtig tid hos en kvalitetssikret psykolog eller psykoterapeut, og vi afregner direkte med behandleren.

Vi kan ud fra en faglig vurdering visitere til forskellige behandlingsformer:

- **Telefoniske forløb**

Vi kan henvise til telefoniske forløb ved erfarne psykoterapeuter og psykologer.

- **Online behandlingsforløb**

Vi kan henvise til videokonsultationer med erfarne psykoterapeuter og psykologer. Som en del af forløbet får du adgang til et online bibliotek med øvelser og viden om mental sundhed.

- **Stresshåndteringsforløb**

Vi tilbyder forskellige former for behandling af stress, og sundhedsteamet kan rådgive om de forskellige muligheder. I relevante tilfælde – og ud fra en faglig vurdering – kan teamet f.eks. henvise til særlige målrettede stresshåndteringsforløb. Alle forløb tilpasses den enkelte og indeholder en skriftlig guide med viden om og redskaber til at arbejde med stress samt telefonisk og/eller online terapi med videokonsultationer.

- **Fysiske forløb**

Vi kan henvise til fysiske forløb hos erfarne psykoterapeuter og psykologer.

- **Digitale forældreforløb**

Vi kan henvise til særligt tilrettelagte digitale forløb for forældre med tilmeldte børn i alderen 0-18 år. Forløbene afholdes af psykologer, psykoterapeuter og specialuddannede sygeplejersker med særlig erfaring med familie, børn/unge og forældrestøtte. Barnet er omdrejningspunktet i behandlingen, men forældrene er i fokus og deltager aktivt i håndteringen af barnets mentale sundhed. Formålet er at styrke forældrene og familiedynamikken for at skabe bedst mulig støtte til barnet. Der er mulighed for at inddrage barnet i samtalen, hvis behandleren vurderer, at det er relevant.

- **Specialiseret behandlingsprodukt til børn med psykisk mistrivsel**

Vi kan henvise til særlig tilrettelagte behandlingsforløb målrettet mod børn under 15 år og deres forældre. Forløbene afholdes af psykologer med særlig erfaring inden for området og involverer i høj grad forældrene i behandlingen. Involvering af forældrene øger forældrenes bidrag til at opnå terapeutisk alliance og styrker deres evne til at hjælpe barnet – også efter endt behandling.

I relevante tilfælde kan der foretages en skriftlig overlevering af relevant information, som familien kan anvende, og som kan deles med f.eks. kommune, PPR, dagtilbud, skole, psykiatri eller sagsbehandler, så de bliver i stand til at give den rette støtte.

- **Trepartssamtaler ved arbejdsrelateret stress**

Ved arbejdsrelateret stress kan vi ud fra en faglig vurdering og i samråd med dig henvise til et trepartsforløb mellem dig, din leder (eller HR) og en psykolog. Vi finder en psykolog til dig med særlig erfaring inden for stress og stresshåndtering på arbejdspladsen. Forløbet har fokus på arbejdsmarkedssituationen, når der f.eks. er behov for at hjælpe med fastholdelse eller tilbagevenden til arbejdspladsen. Forløbet har ikke forebyggende karakter og medtager ikke andre problematikker end stress. Forløbet er derfor ikke egnet i tilfælde med længerevarende belastningsreaktion eller medicinsk behandling eller ved alvorlige stresstilfælde med langvarig sygemelding.

Behandling uden for Dansk Sundhedssikrings netværk

Forsikringen dækker det nødvendige antal behandlinger hos selvvalgt psykolog i op til 6 måneder pr. sygdom/skade gældende fra første behandlingsdag. Børn under 18 år dækkes med maksimalt 5 behandlinger pr. kalenderår – også i tilfælde af flere skader. Behandlingerne tildeles i portioner. Er der behov for yderligere behandlinger, skal du kontakte sundhedsteamet, der vurderer, om der kan bevilges flere behandlinger. Som led i vores vurdering kan vi bede om en lægefaglig vurdering eller en skriftlig begrundelse for fortsat behandling fra psykologen.

Du afregner selv med behandleren. Når dit behandlingsforløb er afsluttet, skal du indsende en kopi af alle originale regninger.

I de tilfælde, hvor du er påbegyndt behandling hos en behandler uden for vores netværk, kan vi vælge, at fortsat behandling skal være hos en behandler anvist af os. F.eks. hvis du ønsker at skifte behandler, eller hvis vi vurderer, at behandlingen ikke har den ønskede effekt.

For børn under 18 år gælder, at behandling i vores netværk ikke kan dækkes, hvis behandlingen er startet hos en psykolog efter eget valg.

Angstbehandlingsprogrammerne Cool Kids og Chilled til børn

Ved lægehenvist psykologbehandling af angstlidelser opstået i forsikringstiden kan vi ud fra en faglig vurdering og i samråd med dig henvise til angstbehandlingsprogrammet Cool Kids til børn i alderen 7-12 år og Chilled-programmet til børn i alderen 13-17 år.

Programmerne tilbydes som gruppeforløb for børn/unge og deres forældre eller i enkelte tilfælde som individuelle forløb. Forløbene indledes med en individuel forsamtale med en psykolog, hvor det afklares, om barnet er i målgruppen.

Forløbslængden afhænger af en faglig vurdering. Der dækkes ét angstbehandlingsprogram i forsikringstiden. Vi betragter forløbet som afsluttet, hvis du vælger at afbryde behandlingen før tid. I de tilfælde, hvor vi ikke dækker angstprogrammet – f.eks. hvis psykologen vurderer, at programmet ikke er relevant – vil dækningen for almindelig psykologhjælp være gældende.

Psykiater

Forsikringen dækker rimelige og nødvendige lægehenviste konsultationer hos psykiater vedrørende dækningsberettiget skade/lidelse. Konsultationerne skal efter vores vurdering sikre progression og føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden. Vi kan afvise yderligere dækning, hvis vi tidligere har dækket samme sygdom/skade/lidelse.

Konsultationerne tildeles i portioner, og vi henviser til en behandler i vores netværk. Du kan også selv vælge, hvilken psykiater der benyttes. Her dækker forsikringen behandlerens takst, dog maksimalt 2.000 kr. pr. konsultation.

5.8.1 Akut krisehjælp

Du kan altid ringe til sundhedsteamet og få rådgivning ved akutte og voldsomme hændelser. Sundhedsteamet kan visitere til en række forskellige behandlingsformer, hvis vi vurderer, at du har fået en behandlingskrævende akut psykisk krise pga. følgende:

- Hvis du bliver udsat for en pludselig, alvorlig hændelse/ulykke, hvor du har været i fare
- Hvis du bliver udsat for røveri, overfald, vold eller kidnapning
- Hvis der er brand, eksplosion eller indbrud i din private bolig eller egen virksomhed (skal være politianmeldt)
- Hvis du diagnosticeres med en livstruende sygdom
- Hvis der er dødsfald hos nærmeste pårørende
- Hvis nærmeste pårørende diagnosticeres med en livstruende sygdom
- Hvis du overværer et familiemedlems eller en kollegas pludselige, uventede død eller pludselige alvorlige hændelse/ulykke – eller en hændelse af lignende karakter, uanset om den involverer en kollega, et familiemedlem eller en anden person.

Ved nærmeste pårørende forstår vi ægtefælle, samlever, egne børn, ægtefælles/samlevers børn og adoptivbørn.

Der er ikke krav om lægehenvisning.

Sundhedsteamet vurderer, hvilken behandling der er brug for, og kan henvise til forskellige behandlingsformer:

- I relevante tilfælde kan vi, ud fra en faglig vurdering, visitere til behandling hos psykolog eller psykoterapeut – enten telefonisk, online eller fysisk i vores behandlernetværk.
- Hvis vi vurderer, at du er berettiget til krisehjælp, og hændelsen kræver en akut indsats, kan du få tilbudt telefonisk kontakt med en psykolog i vores netværk, inden for 3 timer efter at anmeldelsen er godkendt, afhængigt af hændelsens karakter og geografiske placering. Det eventuelle efterfølgende forløb fastlægges ud fra en faglig vurdering.

Hvis anmeldelsen sker mere end 48 timer efter hændelsen, eller hvis sundhedsteamet vurderer, at hændelsen ikke berettiger til akut krisehjælp, vil dækningen for almindelig psykologbehandling være gældende, jf. bestemmelserne i afsnit 5.8 "Mental sundhed".

Debriefing af grupper dækkes ikke, medmindre det indgår som en del af dækningen af et godkendt akut forløb.

Der dækkes ikke akut psykologbehandling eller debriefing i udlandet.

5.9 Akupunktur, zoneterapi, osteopati og diætist

Forsikringen dækker behandling hos akupunktør, zoneterapeut, osteopat og diætist efter henvisning fra sundhedsteamet. Du kan selv vælge, hvilken behandler der benyttes. Hvis du ønsker det, kan sundhedsteamet hjælpe med at finde en behandler.

Der dækkes behandling i Danmark.

Behandlingerne skal være udført af RAB-registreret zoneterapeut eller akupunktør, autoriseret osteopat eller autoriseret klinisk diætist. Du afregner selv med behandleren. Når dit behandlingsforløb er afsluttet, skal du indsende en kopi af alle originale regninger.

Akupunktur

Akupunkturbehandling dækkes for dækningsberettiget lidelse i bevægeapparatet. Der dækkes det antal rimelige og nødvendige behandlinger, der er sundhedsfaglig begrundelse for, dog maksimalt 10 behandlinger pr. sygdom/skade og maksimalt 10 behandlinger pr. kalenderår.

Behandlingerne skal efter vores vurdering føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden, og vi kan efter en faglig vurdering afvise at dække behandling af en tilbagevendende lidelse/problematik. Behandlingerne tildeles i portioner, og vi vil løbende vurdere, hvor mange behandlinger der er behov for. Forsikringen dækker behandlerens takst, dog maksimalt 500 kr. pr. behandling.

Zoneterapi

Zoneterapi dækkes for dækningsberettiget lidelse i bevægeapparatet. Der dækkes det antal rimelige og nødvendige behandlinger, der er sundhedsfaglig begrundelse for, dog maksimalt 10 behandlinger pr. sygdom/skade og maksimalt 10 behandlinger pr. kalenderår.

Behandlingerne skal efter vores vurdering føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden, og vi kan efter en faglig vurdering afvise at dække behandling af en tilbagevendende lidelse/problematik.

Behandlingerne tildeles i portioner, og sundhedsteamet vil løbende vurdere, hvor mange behandlinger der er behov for. Forsikringen dækker behandlerens takst, dog maksimalt 500 kr. pr. behandling.

Osteopati

Osteopati dækkes for dækningsberettiget lidelse i bevægeapparatet. Der dækkes det antal rimelige og nødvendige behandlinger, der er sundhedsfaglig begrundelse for, dog maksimalt 10 behandlinger pr. sygdom/skade og maksimalt 10 behandlinger pr. kalenderår.

Behandlingerne skal efter vores vurdering føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden, og vi kan efter en faglig vurdering afvise at dække behandling af en tilbagevendende lidelse/problematik. Behandlingerne tildeles i portioner, og sundhedsteamet vil løbende vurdere, hvor mange behandlinger der er behov for. Forsikringen dækker behandlerens takst, dog maksimalt 650 kr. for første behandling og 500 kr. for efterfølgende behandlinger.

Diætist

Forsikringen dækker behandling hos en autoriseret klinisk diætist. Der dækkes det antal nødvendige behandlinger, der er sundhedsfaglig begrundelse for, dog maksimalt 10 behandlinger pr. sygdom/skade og maksimalt 10 behandlinger pr. kalenderår. Vi vurderer, om du eventuelt skal indsende en skriftlig lægeanbefaling.

Behandlingerne tildeles i portioner, og sundhedsteamet vil løbende vurdere, hvor mange behandlinger der er behov for. Forsikringen dækker behandlerens takst, dog maksimalt 900 kr. for første behandling og maksimalt 500 kr. for efterfølgende behandlinger.

Vi kan også henvise til online diætistbehandling hos en aktør, som vi samarbejder med. Behandlingerne tildeles i portioner, og forsikringen dækker behandlerens takst. Du tilbydes en hurtig tid hos en kvalitetssikret samarbejdspartner, og vi afregner direkte med behandleren.

Hvis der i forsikringstiden diagnosticeres diabetes, forhøjet kolesterol, hjerte-kar-sygdom, tarm-lidelse, urinsyregigt, cøliaki, endometriose, PCO/PCOS eller behandlingskrævende stofskiftesygdom, eller hvis der sundhedsfagligt vurderes behandlingskrævende undervægt, der udgør en risiko for dit helbred, kan der dækkes ét forløb (maksimalt 10 behandlinger) i forsikringstiden.

Forsikringen dækker ikke diætistbehandling ved ønske om graviditet, amning, undervægt, sportsernæring, fødevareallergi, intolerance og lignende tilstande samt ved psykiske lidelser – herunder stress, depression, spiseforstyrrelser og overspisning. Forsikringen dækker ud fra en faglig vurdering diætistbehandling ved svær overvægt under graviditet og behandlingskrævende efterfødselsvægt.

Behandlingerne skal efter vores vurdering føre til en væsentlig og varig forbedring af tilstanden, og vi kan efter en faglig vurdering afvise at dække behandling af en tilbagevendende lidelse/problematik. Vi kan afvise at dække diætistbehandling, hvis vi tidligere har dækket et personligt sundhedsprogram til samme lidelse/problematik, jf. afsnit 5.13 "Personlige sundhedsprogrammer".

5.10 Hospice og terminal pleje

Forsikringen dækker et godkendt ophold på et dansk hospice i forbindelse med terminal diagnose stillet i forsikringstiden i op til 3 måneder, dog maksimalt 100.000 kr.

Opholdet skal være skriftligt ordineret af en læge, og vi skal modtage en kopi af journalen, hvoraf det fremgår, at diagnosen er terminal.

Alternativt kan vi tilkende terminal pleje i hjemmet varetaget af hjemmesygeplejerske i op til 3 måneder, dog maksimalt 100.000 kr.

Der kan maksimalt dækkes udgifter til hospice eller terminal pleje på 100.000 kr. i hele forsikrings-tiden. Vi kan vælge, at det skal være et hospice eller en leverandør anvist af os.

5.11 Tandbehandling

Forsikringen dækker speciallægeordineret tandbehandling, når der er sket en skade på tænderne i direkte forbindelse med behandlingen af en dækningsberettiget skade, hvor behandlingen er iværksat af os. Der dækkes rimelige og nødvendige udgifter på op til 20.000 kr. pr. skade.

5.12 Misbrugsbehandling

Forsikringen dækker rimelige udgifter til behandling for misbrug og afhængighed af:

- Alkohol
- Receptpligtig medicin
- Rusmidler, der er omfattet af lov om euforiserende stoffer
- Diagnosticeret ludomani (pengespil).

Der dækkes ikke andre former for misbrug end de ovennævnte.

Du kan først få dækket "misbrugsbehandling", når du har været omfattet af forsikringen i 6 måneder. Det er muligt at overføre anciennitet ved direkte overgang fra et andet selskab, hvor du også var omfattet af lignende dækning.

Lægehenvvisning

Behandlingen skal være skriftligt ordineret af praktiserende læge, og der skal efter vores vurdering være en realistisk helbredelsesmulighed.

Behandling skal godkendes

Behandling må ikke igangsættes uden forudgående godkendelse fra os. Vi henviser ud fra en faglig vurdering til ambulant behandling eller døgnbehandling på et behandlingssted i Danmark anvist af os.

Tidligere behandling

Forsikringen dækker ikke, hvis vi vurderer, at du tidligere har været i behandling for samme type misbrug. Ved tidligere behandling forstår vi:

- Ambulant og/eller online behandlingsforløb af minimum 3 ugers varighed
- Antabusbehandling suppleret med samtaleterapi via egen læge af minimum 3 ugers varighed
- Døgnbehandlingsforløb på et offentligt eller privat behandlingssted af minimum 1 uges varighed
- Psykologbehandling for spilafhængighed/ludomani
- Anden behandling, der kan sidestilles med ovenstående.

Forsikringen dækker ikke i de tilfælde, hvor du får tilbagefald til et misbrug i forsikringstiden, eller hvis du afbryder et behandlingsforløb igangsat af os. Vi betragter et forløb som afsluttet, hvis du vælger at afbryde behandlingen før tid.

Der kan maksimalt dækkes udgifter for samlet op til 100.000 kr. pr. forsikret i hele den periode, hvor forsikringen er i kraft, uanset om der er tale om flere forskellige misbrug.

5.13 Personlige sundhedsprogrammer

Vi kan ud fra en faglig vurdering henvise til personlige digitale sundhedsprogrammer i form af individuelt tilpassede forløb. Sundhedsprogrammerne tilbydes hos en erfaren leverandør i vores kvalitetssikrede netværk.

Forløbenes varighed og indhold beror på behandlerens faglige vurdering og har en maksimal varighed på 12 måneder.

Forløbene dækkes, uanset om lidelsen er opstået før eller i forsikringstiden. Der kan maksimalt dækkes ét forløb pr. lidelse/problematik i forsikringstiden. Vælger du at afbryde et forløb før tid, betragtes forløbet som afsluttet, og der dækkes ikke yderligere.

Vi kan ud fra en faglig vurdering afvise at dække et personligt sundhedsprogram, hvis vi tidligere har dækket diætistbehandling for samme lidelse/problematik, jf. afsnit 5.9 "Diætist".

Du skal være 16 år eller derover for at kunne anvende programmerne.

- **Personligt sundhedsprogram til behandling af diabetes, KOL, forhøjet blodtryk, hjerte-kar-sygdom, osteoporose, multisygdom og overvægt**

Ved diagnosticeret diabetes, KOL, forhøjet blodtryk, hjerte-kar-sygdom, osteoporose, multisygdom (mindst to diagnosticerede kroniske sygdomme) eller svær overvægt (BMI på 30 og derover) kan vi ud fra en faglig vurdering henvise dig til et personligt digitalt sundhedsprogram til håndtering af livsstil og kronisk sygdom. Du får adgang til et individuelt tilpasset forløb med digital sundhedsfaglig coaching, rådgivning og skræddersyede sundhedsplaner ved en erfaren klinisk diætist. Forløbet kan ud fra en faglig vurdering kombineres med personlig digital rådgivning om fysisk og mental trivsel, f.eks. ved en psykolog og/eller fysioterapeut.

- **Personligt sundhedsprogram til overvægtige gravide**

Ved overvægt under graviditet (BMI på 30 og derover ved graviditetens begyndelse) kan vi henvise til et forløb med målrettet information og rådgivning om overvægt, kost og motion under graviditeten, herunder anbefalinger og handlemuligheder. Programmet indeholder kostrådgivning og livsstilsintervention ved en erfaren klinisk diætist under graviditeten og i den første tid efter fødslen og kan kombineres med personlig rådgivning ved en psykolog og/eller digital træning og træningsrådgivning ved en fysioterapeut.

- **Personligt sundhedsprogram – mænd og kvinders sundhed**

Ved svære og varige fysiske og psykiske gener, der påvirker din hverdag og livskvaliteten negativt, f.eks. i form af kognitive ændringer, søvnbesvær, humørændringer, nedsat energi og træthed, tristhed, vægtøgning, generende hedeture, tørre slimhinder samt led- og muskelsmerter, kan vi henvise til et forløb med indledende online screening, tekst- og videokonsultationer og hjælp til at håndtere svære gener og få det bedre i dagligdagen med hjælp fra et behandlingsteam bestående af diætist, fysioterapeut og psykolog samt adgang til artikler og videoer. Teamet kan f.eks. hjælpe med rådgivning om og håndtering af fysiske og psykiske symptomer, nedsat energi, behandling af gener af overgangsalderen og store overgange i livet og målrettet forebyggelse heraf, hormonelle symptomer og forandringer, hormonbehandling, fald i testosteronniveauer, aldringsprocesser, søvn, ensomhed, livsstilændringer, kost, motion og gode vaner.

5.14 Online lægevagt

Der dækkes rimelige og nødvendige sundhedsfaglige konsultationer hos privat lægevagt for den samlede husstand, dvs. forsikrede, ægtefælle/samlever samt husstandens hjemmeboende børn under 24 år – også selvom ægtefælle/samlever eller hjemmeboende børn ikke er tilmeldt forsikringen.

Brug af tjenesten kræver dansk CPR-nr. eller et gyldigt erstatnings-CPR-nr., medmindre andet fremgår af forsikringsaftalen.

Online lægevagt er et supplement til din praktiserende læge, hvor der tilbydes hurtig adgang til e-mail- og videokonsultationer med en privat lægevagt uden for almindelig åbningstid. Lægevagten betjenes af erfarne speciallæger i almen medicin og kan give lægefaglige råd og vejledning og svare på spørgsmål om sygdom og sygdomssymptomer, der ikke kræver fysisk undersøgelse. Lægevagten kan også udskrive og forny de fleste recepter, vejlede om håndkøbsmedicin og henvise til regionale offentlige sygehuse.

Du kan f.eks. få hjælp til mellemørebetændelse, bihulebetændelse, øjenbetændelse, forkølelse og influenza, hovedpine og migræne, muskel- og ledsmerter, astma, allergi, sår, hududslæt og eksem, opkast og diarré, urinvejsinfektion, søvnproblemer, psykiske lidelser, prævention, graviditet og amning og syge børn med feber.

Ved akut opstået sygdom eller akut forværring af eksisterende sygdom bør du straks kontakte lægevagten eller 112.

I de tilfælde, hvor lægen vurderer, at der er behov for det, vil lægen henvise til egen læge, lægevagten eller et offentligt sygehus. F.eks. hvis der er behov for en fysisk undersøgelse, blodprøver eller spørgsmål vedrørende et igangværende behandlingsforløb.

Lægevagten kan kun henvise til offentligt sygehus eller skadestue i de tilfælde, hvor det ud fra en lægelig vurdering skønnes nødvendigt. Lægevagten kan ikke henvise til billeddiagnostik. Der dækkes ikke transport i forbindelse med en eventuel indlæggelse. Lægevagten kan kun arrangere transport i tilfælde af akut indlæggelse via 112.

Lægevagten udskriver ikke recepter på medicin, der er vanedannende, eller medicin med misbrugspotentialer, f.eks. sovemedicin, beroligende medicin eller morfika.

Lægevagten kan altid ud fra et fagligt skøn vælge ikke at udskrive medicin og i stedet henvise til offentlige behandlingstilbud.

Lægevagten kan ikke udstede lægeerklæringer samt lægeattester i forbindelse med kørekort, aktiviteter og sundhedstjek, da dette kræver fysisk undersøgelse.

Lægevagten kan ikke svare på spørgsmål om sundhedsforsikringen, ligesom der ikke kan laves private henvisninger/anbefalinger til speciallægepraksis, psykologbehandling, fysioterapi m.v.

Der dækkes ikke konsultationer hos privat lægevagt uden for vores netværk.

Sådan anvender du lægetjenesten

Lægevagten betjenes af erfarne læger på hverdage samt i weekender og på helligdage. Det er hurtigt og nemt at bruge lægetjenesten ved hjælp af computer, tablet eller smartphone. Du kan bestille tid, når det passer dig, eller vente på, at en læge bliver ledig. Du har også mulighed for at skrive til lægen 24 timer i døgnet. I åbningstiden får du svar inden for 1 time. Lægevagten kan benyttes i Danmark og under ophold i udlandet.

Når du bruger lægevagten, er du datasikret, og vi har ikke adgang til oplysninger om, hvad du har talt med lægen om.

Du kan læse mere om brug af lægetjenesten på vores hjemmeside.

6. Hvad forsikringen ikke dækker

Ud over hvad der er nævnt i forsikringsbetingelserne, herunder bestemmelserne i de enkelte dækninger, dækker forsikringen ikke:

- Akut behandling, jf. bestemmelserne i afsnit 4.3 "Akut behandling er ikke dækket". Forsikringen dækker udgifter til psykologbehandling ved akut krisehjælp, jf. bestemmelserne i afsnit 5.8.1 "Akut krisehjælp".
- Forebyggende, støttende, vedligeholdende og lindrende undersøgelse og behandling, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning.
- Vaccinationer, helbredsundersøgelser, helbredskontrol og anden forebyggende kontrol.
- Kroniske/varige sygdomme, der er opstået/blevet symptomgivende og/eller diagnosticeret, inden forsikringen trådte i kraft, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning. Kroniske lidelser, som opstår i forsikringstiden, dækkes i op til 6 måneder fra diagnosetidspunktet, hvis vi vurderer, at behandling vil medføre en væsentlig og varig forbedring af tilstanden. Af kroniske lidelser kan nævnes diabetes type 1 og 2, stofskiftelidelser, blodsygdomme, alle former for gigt og degenerative lidelser, herunder slidgigt og aldersbetinget rygslitage, spondylose, knogle-sygdomme, muskel- og bindevævssygdomme, knyster, nedsunken forfod, kroniske smerter, fibromyalgi, Scheuermanns sygdom, knogleskørhed, kronisk bronkitis, cystisk fibrose, migræne, epilepsi, Parkinsons sygdom, piskesmæld, dissemineret sklerose, ALS, mavesår, reflux, kronisk tarmbetændelse, irritable tyktarm, grøn stær, tinnitus, Ménières sygdom, kolesteatom, endometriose og lignende.
- Hormonelle lidelser, herunder hormonel ubalance, symptomer på hormonel ubalance samt lignende tilstande.
- Medfødte fysiske og psykiske lidelser og lidelser, der kan relateres til fødslen/fosterstadiet, samt følger heraf. Det kan f.eks. være stramt tungebånd, deformiteter og hofteskred.
- Udredning og behandling af benlængdeforskel (anisomeli), skoliose, hoftedysplasi og dyspraksi.
- Behandling af astma og allergi.
- Udredning og behandling af analfissur, analfistel, pilonidalcyster, anal- og slimhindeprolaps samt hæmorider.
- Udredning, behandling og operation af kosmetiske lidelser samt følger heraf, herunder lidelser, som i disse betingelser betragtes som kosmetiske, f.eks. brystkorrektioner, brystforstørrende og brystformindskende operationer uanset årsag, rekonstruktion af bryst, undersøgelse af og udskiftning/fjernelse af implantater uanset årsag, pandeløft og gynækomasti.
- Udredning, behandling og operation af hængende øjenlåg (øvre og nedre).
- Behandlinger med Botox, Xiapex, MiraDry og anden behandling af svedtendens/hyperhidrose. Behandlinger, der sidestilles hermed.

- Behandling af eller operation for overvægt/fedme samt følger heraf, herunder gastrisk bypass, gastrisk sleeve og lignende operationer, operation af overskydende hud efter væggtab. Psykologbehandling for overvægt. Diætistbehandling ved overvægt dækkes ud fra de særlige bestemmelser for afsnit 5.9 "Akupunktur, zoneterapi, osteopati og diætist".
- Udredning og behandling af hudlidelser, som vi vurderer, ikke påvirker helbredstilstanden væsentligt, og/eller som vi betragter som kosmetiske eller kroniske, såsom godartede modermærker og pletter, lipomer, pigmentforandringer, akne, eksem og eksemlignende hudforandringer, udslæt samt eksem/udslæt forårsaget af allergi, hårtab, alle former for vorter, neglesvamp, ligtorne, psoriasis, vitiligo, rosacea, hudtransplantationer, solskader i huden, aktinisk og seborroisk keratose og hudlidelser, som kan sidestilles hermed. Behandling af tilbagevendende hudlidelser, behandling med Mohs' kirurgi eller lignende behandlingstyper.
- Udredning og behandling af kønssygdomme, hiv/aids samt forstadier og følgesygdomme hertil. Prævention, herunder sterilisation, opsættelse og fjernelse af spiral uanset årsag samt følger heraf. Udredning og behandling af ændret seksualfunktion.
- Udredning og behandling af barnløshed og fertilitet samt følger heraf. Det gælder også psykiske følger.
- Abort. Forsikringen dækker lægehenvist psykologbehandling af behandlingskrævende efterfødselsreaktion, fødselsdepression og gener efter abort.
- Undersøgelse, kontrol, scanning, fødselsforberedelse, privat jordemoder og lignende i forbindelse med graviditet og fødsel (her henviser vi til det offentlige tilbud, og vi hjælper med rådgivning i den videre proces).
- Sygdomme hos det ufødte barn. Koliksmærter og koliklignende tilstande hos børn samt vokseværk og børneinkontinens.
- Udredning og behandling af udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser, herunder ADHD, ADD og undertyper, ASF (og alle underliggende typer inden for autismspektret), medmindre der er tegnet særskilt dækning herfor, samt Tourettes syndrom, demens og spiseforstyrrelser med eventuelle følger. Udredning og behandling af kønsdysfori eller følger heraf.
- Behandling af alvorlig psykisk sygdom, f.eks. bipolar lidelse, personlighedsforstyrrelser, skizofreni, psykoser, PTSD og diagnosticeret kompliceret sorg. Behandling af diagnosticerede psykiske sygdomme, der hører under de offentlige pakkeforløb.
- Konsultationer ved neuropsykolog.
- Samtaleterapi og medicin ved psykiater.
- Udgifter til medicin ud over dem, der er nævnt i afsnit 5.6.4 "Medicinudgifter".
- Adfærdskorrigerende behandling ved psykolog, f.eks. problemer med temperament, utroskab, kleptomani, trøstespisning og afhængighed (f.eks. sexafhængighed, pornoafhængighed og spilafhængighed).

- Parterapi, forældre- og familiesamtaler, familieterapi, gruppeterapi, coaching, selvudvikling, personlig udvikling og lignende, støttende og vedligeholdende samtaler samt psykologbehandling af vedligeholdende og forebyggende karakter.
- Behandling af fobier, f.eks. flyskræk, højdeskræk, tandlægeskræk, eksamensangst og socialfobi og tilstande, der kan sidestilles hermed. Behandling af OCD, angst grundet OCD og følgetilstande hertil. Tilbagevendende angst, herunder tilbagevendende tilfælde af panikangst, angstanfald og generaliseret angst.
- Journaler, attester, psykologiske og kognitive tests, speciallægeerklæringer, lægehenvisninger, lægeanbefalinger, som ikke er bestilt af os, deltagelse i møder med kommune, skole og andre.
- Udrednings- og/eller behandlingsforløb vedrørende psykiske lidelser, som vi betragter som værende af høj kompleksitet, og som vi vurderer bedst udføres i det offentlige sundhedsvæsen. Det kan f.eks. være forløb med komplekse sygdomsbilleder med flere samtidige psykiske lidelser og/eller forløb, der kræver tværfaglige behandlingstilbud eller særlige specialistkompetencer.
- Sygdomme eller lidelser, der er omfattet af et pakkeforløb i det offentlige sundhedsvæsen.
- Hvis du er henvist til offentligt pakkeforløb i psykiatrien.
- Udredning og behandling af hjerterytmeforstyrrelser, herunder radiofrekvensablation (RFA), DC-konvertering, forhøjet blodtryk, arveligt betinget kolesterolførhøjelse, åreforkalkning, forhøjet kolesterol samt forsnævring i kranspulsårerne, KAG, karkirurgi og hjerteoperationer.
- Udredning og behandling af søvnproblemer, snorkeproblemer, søvnforstyrrelser, herunder søvnapnø og snorkebehandling. Behandling på søvnklinikker og lignende.
- Tand- og tandlægebehandling, tandkirurgi, kæbekirurgi, tyggeskader, tandproteser, broer, knogleopbygning, bideskinner samt gener/læsioner i tænder, mundhule og kæber. Tandskade i direkte forbindelse med en dækningsberettiget skade, hvor behandlingen er iværksat af os, dækkes ud fra bestemmelserne i afsnit 5.11 "Tandbehandling".
- Følgesygdomme ved misbrug af medicin, alkohol, narkotika eller andre rusmidler.
- Udredning, undersøgelse og behandling af alle former for symptomer på nedsat syn og indskrænket synsfelt, nær- og langsynethed, bygningsfejl, binokulært syn, samsynsproblemer, samsynstræning, synskorrigerende, øjentørhed, flydere og pletter for øjet, glaslegemeuklarhed, skelen, problemer med binokulært syn og AMD. Grå stær dækkes ud fra bestemmelserne i afsnit 5.6 "Grå stær".
- Vitrektomi, vitreolyse. Synskorrigerende linse, uanset årsag og uanset linsetype. Linseudskiftning.
- Briller, kontaktlinser og/eller synstest, synsundersøgelse eller andre synskorrigerende behandlinger og hjælpemidler.

- Udredning, undersøgelse og behandling af alle former for symptomer på nedsat hørelse, herunder almindelig høreundersøgelse, høreprøver, høreapparat eller anden høreforbedrende behandling.
- Behandlinger uden for normal arbejdstid, herunder weekend- og aftentillæg eller lignende tillæg, samt tillægsydelse i forbindelse med behandling, såsom shockwave, laserbehandling, akupunktur, massage og ultralydsscanning, medmindre andet fremgår af den enkelte dækning. Ultralydsscanning dækkes dog i relevante tilfælde ud fra bestemmelserne i afsnit 5.6 "Undersøgelse og behandling hos speciallæge".
- Bassintræning.
- Såler, indlæg, træningsudstyr, bandager, tape med mere.
- Kostplan ved behandling hos en diætist.
- Skader opstået som følge af eller under udførelse af professionel sport. Ved professionel sport forstås sportsudøvelse, hvor du modtager betaling fra sportsklub eller sponsorer, og hvor sporten drives som hovederhverv.
- Sygdom/skade, der direkte eller indirekte skyldes selvforskyldt beruselse, påvirkning af narkotika, medicin, lattergas, opløsningsmidler eller andre rusmidler. Selvforskyldt skade fremkaldt med fortsæt eller grov uagtsomhed, f.eks. slagsmål, suicidalforsøg, deltagelse i strafbare handlinger. Skader, som skyldes, at du ikke har fulgt sundhedsfaglige anbefalinger.
- Sygdom/skade, gener, infektioner og andre følger af implantater, tatoveringer, piercinger, proteser, olieinjektioner, anabolske steroider, doping og lignende. Komplikationer efter behandling/operation foretaget i det offentlige eller private sundhedsvæsen. Udskiftning af proteser og implantater, der kan foretages i det offentlige.
- Undersøgelse/behandling, der er eksperimentel, ikke er medicinsk begrundet eller ikke har dokumenteret effekt.
- Vækstfaktor- og orthokine-behandling, cryoneurolyse, PRF-behandling, PRP-behandling, HVI, hyaluronsyre (injektioner), Modic-forandringer og behandlinger, der kan sidestilles hermed.
- Udredning og behandling af langvarige og/eller kroniske smerteproblematikker på specialklinikker samt smertebehandling i forbindelse med kræftsygdom. Sundhedsteamet hjælper med rådgivning i den videre proces.
- Udredning og behandling på specialklinikker, f.eks. Modic-, hovedpine-, smerte-, søvn-, hoste- eller hukommelsesklinik og lignende specialklinikker.
- Fysioterapi og kiropraktik i forbindelse med astma- og allergilidelser, søvnløshed, hjerte-kar-lidelser, forhøjet blodtryk, Parkinsons sygdom, epilepsi, hukommelsessygdomme, diagnostice-rede hovedpinesygdomme, kæbespændinger og kæbeproblematikker. Forsikringen dækker fagligt begrundet behandling af spændingshovedpine forårsaget af nakke-, skulder- eller ryg-spændinger.

- Fysioterapi til sygdom/skade/lidelse/diagnose, hvor behandlingen er dækket under ordningen om vederlagsfri fysioterapi.
- Kompliceret kirurgi på skjoldbruskkirtel og biskjoldbruskkirtler, udskiftning af proteser og lignende.
- Private udgifter, herunder udgifter til hotelophold og til ledsager, private udgifter under indlæggelse eller lignende samt udgifter til tolkebistand.
- Udrednings- og behandlingsforløb samt sygdomme, skader og lidelser, som vi vurderer som værende af høj kompleksitet og/eller højt specialiseret, og som vi vurderer, bedst udføres i det offentlige sundhedsvæsen. Dette gælder også sjældent forekommende og komplicerede sygdomsforløb, som kræver tilstedeværelse af flere tværfaglige funktioner/specialister eller flerfaglighed eller kræver særlige kirurgiske kompetencer. Det kan f.eks. være ved sygdomsbilleder med samtidig forekomst af eller mistanke om flere lidelser eller ved udredning og behandling, som ifølge Sundhedsstyrelsens specialeplan (eller retningslinjer) skal varetages af en højt specialiseret funktion. Det omfatter bl.a. komplicerede rekonstruktioner, amputationer, transplantationer, organdonation og organtransplantation, dialysebehandling, kønsskifteoperationer, protonterapi samt behandling med stamceller.
- Skade/sygdom, der skyldes krig eller krigslignende handlinger og tilstande, herunder krigsdeltagelse, borgerkrig, borgerlige uroligheder, oprør, revolution, terrorisme, bakteriologiske og kemiske angreb, kernereaktioner, atomenergi, radioaktive kræfter, bestråling fra radioaktivt brændstof og affald og lignende.
- Tilfælde af force majeure, der medfører begrænset kapacitet, herunder skade/sygdom og behov for behandling, der f.eks. skyldes samfundsmæssige handlinger, generalstrejke, naturkatastrofer, problemer med infrastruktur, it-nedbrud, hackerangreb, manglende forsyning af elektricitet eller netværksforbindelser, epidemier, pandemier samt virusinfektioner og vacciner i forbindelse hermed. Følgesygdomme og behov for behandling, der skyldes epidemier, pandemier og vacciner.

7. Generelle bestemmelser

7.1 Forsikringens varighed

Forsikringens varighed fremgår af forsikringsaftalen. Forsikringer, som er tegnet for en måned ad gangen, bliver automatisk forlænget for en måned ad gangen, medmindre andet fremgår af forsikringsaftalen.

7.2 Forsikringssum

Forsikringen dækker rimelige og nødvendige sædvanlige udgifter til sygdomme, skader og lidelser ud fra bestemmelserne i de enkelte dækninger.

7.3 Betaling af forsikringen

Forsikringen betales første gang, når den træder i kraft. Senere betalinger følger aftalen.

Forsikringstager har ansvaret for, at MMA på vegne af Dansk Sundhedssikring modtager betalingen rettidigt. Sammen med betalingen opkræver MMA eventuelle gebyrer, herunder udgifter til porto, der dækker ekspeditionsomkostninger ved betalingen. MMA opkræver også eventuelle afgifter til staten.

Sidste rettidige betalingsdag fremgår af opkrævningen.

Manglende betaling

Hvis forsikringen ikke betales senest sidste rettidige betalingsdag, sender MMA en opsigelse tidligst 14 dage efter udløbet af betalingsfristen med oplysning om, at forsikringsdækningen ophører, hvis forsikringen ikke er betalt senest 21 dage efter opsigelsen. MMA har ret til at opkræve et opsigelsesgebyr.

7.4 Regulering af præmie og forsikringsbetingelser

Præmien kan indeksreguleres én gang årligt pr. 1. januar på grundlag af ændringer i nettoprisindekset fra Danmarks Statistik eller tilsvarende, hvis nettoprisindekset ophører.

Præmieændringer som følge af indeksregulering og pålagte afgifter og lignende fra offentlig side betragtes ikke som ændring af præmien og vil ikke blive varslet.

Dansk Sundhedssikring kan ud over indeksreguleringen ændre i forsikringsbetingelserne og/eller præmien for allerede etablerede ordninger med 1 måneds skriftligt varsel til udgangen af en måned.

Hvis du ikke kan acceptere ændringerne, skal du skriftligt opsiges aftalen senest 14 dage efter modtagelsen af meddelelsen om de varslede ændringer. Derefter bliver forsikringen annulleret på ændringsdagen.

Opsiges aftalen ikke skriftligt, fortsætter forsikringen med de ændrede forsikringsbetingelser og/eller den ændrede pris.

Vi vurderer regelmæssigt, om der er behov for at ændre forsikringsbetingelserne. Ændringerne kan skyldes forskellige forhold, f.eks. ændringer i lovgivning, skatte- og afgiftsmæssige forhold, markedsmæssige forhold, produktændringer og økonomiske forhold som f.eks. stigende leverandørudgifter (ud over indeks) eller øgede skadesudgifter.

Ændringer i forsikringsbetingelserne, som udelukkende er af præciserende karakter, og som ikke forringer forsikringsdækningen, f.eks. sproglige opdateringer og forbedringer, varsles ikke.

7.5 Opsigelse og ophør af forsikringen

Forsikringen, som er tegnet for en måned ad gangen, bliver automatisk forlænget for en måned ad gangen.

Forsikringstager kan opsig forsikringen på portalen mmaforsikring.dk under "mine forsikringer" med løbende måned plus 1 måned. MMA kan opsig forsikringen skriftligt med løbende måned plus 1 måned. Ved tegn på svig eller ved forsøg på svig kan MMA opsig forsikringen uden varsel. Ved manglende betaling af forsikringspræmien følges reglerne under afsnit 7.3 "Betaling af forsikringen".

Forsikringen ophører ved udgangen af en måned, hvis du ikke længere har folkeregisteradresse i Norden eller Tyskland. Dette gælder ikke ved udstationering.

Forsikringen ophører under alle omstændigheder på det tidspunkt, hvor den overordnede aftale mellem MMA og Dansk Sundhedssikring ophører. I disse tilfælde vil forsikringstager modtage en opsigelse af forsikringen under bestemmelserne under "Opsigelse og ophør af forsikringen".

Dækning ved ophør af forsikringen

Når forsikringen stopper, mister du retten til dækning, og der kan ikke anmeldes nye skader. Undersøgelse og behandling af sygdom/skade, der er anmeldt og godkendt i forsikringstiden, dækkes i op til 6 måneder efter forsikringens ophør. Dækningen forudsætter, at vi har fået alle nødvendige oplysninger, f.eks. lægehenvielse.

Medforsikrede børn, der i betalingsperioden fylder 21 år, er dækket frem til næste betalingsperiode. Efter det fyldte 21. år videreføres forsikringen automatisk, hvor der betales som for voksne over 18 år. Videreførelsen vil da ske uden karens for eksisterende lidelser. Hvis forsikringen ikke ønskes videreført, skal forsikringen opsiges efter gældende opsigelsesvarsel, jf. afsnit 7.5.

Refusion af regninger efter forsikringens ophør

Regninger for godkendte behandlinger og/eller transport skal altid være indsendt senest 6 måneder efter sidste behandlingsdato, for at du er berettiget til refusion.

7.6 Oplysningspligt

Du har pligt til at give/sende os de oplysninger, som vi finder nødvendige for at behandle sagen, så vi kan vurdere, i hvilket omfang forsikringen dækker. Hvis du flytter, skal vi have besked om dette.

Vi har ret til at spørge til dit helbred, og du er forpligtet til at give os alle relevante oplysninger, herunder tilladelse til, at vi indhenter nødvendige oplysninger hos læger, hospitaler og andre behandlere, der har relevant kendskab til dit helbred.

Vi kan indhente de oplysninger, som vi anser for nødvendige, herunder få udleveret journaler eller andet skriftligt materiale om dit helbred. Vi indhenter altid kun oplysninger med dit samtykke.

Oplysningerne vedrører både perioden før og perioden efter forsikringens ikrafttrædelse.

Medlemskab af Sygeforsikringen "danmark" skal altid oplyses i forbindelse med oprettelse af en skade, da vi er berettiget til dette tilskud.

Dobbeltforsikring

Hvis der sker ændringer i forsikringens risikoforhold, herunder dobbeltforsikring, skal vi straks have besked herom, da vi ellers kan begrænse dækningen eller helt afvise at dække skaden. Har du anmeldt skaden til en anden forsikring, skal du altid oplyse os om dette, i forbindelse med at du anmelder skaden til os. Hvis der er dækning fra et andet forsikringsselskab, vil dækningen fra denne forsikring være subsidær, og den anden dækning skal derfor anvendes først.

Vi betaler ikke udgifter til skader, som der er modtaget fuld dækning for hos et andet selskab.

7.7 Behandling af personoplysninger

Vi behandler dine personoplysninger fortroligt og i overensstemmelse med gældende lovgivning. Når du tegner en forsikring hos os, indhenter vi en række oplysninger i forbindelse med indtegnning, anmeldelse af skade og brug af vores digitale platforme, f.eks. CPR-nr., telefonnummer, e-mailadresse, medlemskab af Sygeforsikringen "danmark", branche, beskæftigelse, civilstatus og eventuelle helbredsoplysninger. Disse oplysninger anvendes til at oprette og administrere forsikringen til brug ved skadesanmeldelse og i den løbende sagsbehandling for at sikre bedst mulig service og som led i salgsstyring, produktudvikling, kvalitetssikring, rådgivning og fastlæggelse af generel brugeradfærd.

Vi opbevarer de indsamlede oplysninger, så længe det er nødvendigt, og i henhold til gældende lovgivning. Du kan altid kontakte os, hvis du ønsker at få oplyst, hvilke personoplysninger vi har registreret om dig. Du har ret til at få ændret forkerte oplysninger.

På vores hjemmeside kan du læse mere om datasikkerhed, og hvordan vi behandler dine personoplysninger. Vi videregiver i visse tilfælde personoplysninger om dig til de leverandører, som vi samarbejder med.

8.8 Behandling af helbredsoplysninger

Der er ikke krav om afgivelse af helbredsoplysninger, når du tegner en forsikring hos os. Hvis du ønsker at indtræde i ordningen efter tidligere at have afgivet en afkaldserklæring, kan vi dog kræve, at du afgiver nødvendige helbredsoplysninger. Ved anmeldelse af en sygdom/skade accepterer du, at vi må indhente oplysninger om helbredsforhold, hvis vi vurderer det relevant i forbindelse med den anmeldte sygdom/skade. Oplysningerne kan vi hente fra sundhedsvæsenet og offentlige myndigheder, herunder kommuner, Arbejdsmarkedets Erhvervssikring, forsikringsselskaber, pensionsselskaber og sundhed.dk.

Oplysningerne indhentes altid efter skriftligt eller mundtligt samtykke fra dig.

Helbredsoplysninger anvendes alene i forbindelse med behandling af anmeldte sygdomme/skader og behandles altid i overensstemmelse med sundhedslovens krav om tavshedspligt (sundhedslovens § 40: "En patient har krav på, at sundhedspersoner iagttager tavshed om, hvad de under udøvelsen af deres erhverv erfarer eller får formodning om angående helbredsforhold og andre fortrolige oplysninger").

Videregivelse af helbredsoplysninger sker alene i forbindelse med undersøgelse/behandling af den anmeldte lidelse/skade i overensstemmelse med sundhedslovens § 41 om videregivelse af helbredsoplysninger m.v. i forbindelse med behandling af patienter.

7.9 Urigtige oplysninger

Forsikringen forudsætter korrekte oplysninger. Hvis du ved forsikringens oprettelse eller på et senere tidspunkt afgiver urigtige oplysninger eller fortier oplysninger, kan dækningen helt eller delvist bortfalde.

7.10 Forældelse

Aftalen følger de normale regler for forældelse efter den gældende forældelseslov.

7.11 Klagemuligheder

Hvis du er uenig i eller utilfreds med vores afgørelse, skal du kontakte den afdeling, der har behandlet sagen. Hvis du efter din henvendelse til afdelingen stadig ikke er tilfreds, kan du skrive til vores klageansvarlige for at få revurderet din sag.

Din klage vil hurtigst muligt og senest inden for 7 hverdage blive behandlet af en klageansvarlig. Du kan sende din klage via klageportalen på vores hjemmeside.

Klagen skal indeholde dit navn og din adresse samt en kort redegørelse for, hvorfor du er uenig i eller utilfreds med vores afgørelse. Klagen skal sendes hurtigst muligt, og senest 6 måneder efter at sagen er afgjort.

Hvis du derefter ønsker at klage over den afgørelse, som den klageansvarlige har truffet, kan du klage til Ankenævnet for Forsikring. Klagen kan sendes online på ankeforsikring.dk. Det koster et gebyr at klage til ankenævnet.

Lovvalg

Forsikringen følger dansk lovgivning, herunder forsikringsaftaleloven og lov om forsikringsvirksomhed. Uenighed om forsikringsaftalen afgøres efter dansk ret ved de danske domstole og efter retsplejelovens regler om værneting.

Vi er ikke ansvarlige for resultatet af undersøgelser, behandlinger og vurderinger, herunder manglende effekt af behandlingen, eller hvis behandlingen resulterer i fejl. Et eventuelt erstatningskrav skal rejses over for det hospital eller den klinik, som har stået for behandlingen.

I de tilfælde, hvor der er anvendt en fremmedsproget forsikringsaftale eller fremmedsprogede forsikringsbetingelser, vil eventuelle uoverensstemmelser som følge af oversættelsen medføre, at det altid er den danske tekst, der er gældende.

7.12 Hvis du vil vide mere

Hvis du vil vide mere om din forsikring, kan du kontakte Dansk Sundhedssikring telefonisk eller på e-mailadressen sundhedsforsikring@ds-sundhed.dk.

Du kan finde mere information på vores hjemmeside, hvor du også kan finde vores telefonnummer og anmelde din skade online.

MMA kan kontaktes for spørgsmål om policen, betaling af præmie samt øvrige spørgsmål om sundhedsforsikringen på telefon 45959675 eller på e-mailadressen mmaforsikring@mmc.com.

7.13 Fortrydelsesret

For privattegnede forsikringer gælder en fortrydelsesret. Det betyder, at forsikringstager kan fortryde en privatindgået aftale om forsikring efter reglerne i forsikringsaftalelovens § 34. Forsikringstager har efter reglerne i forsikringsaftaleloven krav på at få en række oplysninger, bl.a. om fortrydelsesretten og den bestilte tjenesteydelse.

Hvis du fortryder en privatindgået forsikring, har du 14 dages fortrydelsesret. Fortrydelsesretten regnes fra den dato, hvor aftalen er indgået, og hvor du er blevet informeret om forsikringsbetingelserne, hvor også fortrydelsesretten er beskrevet. Udløber fortrydelsesfristen på en helligdag, lørdag, grundlovsdag, juleaftensdag eller nytårsaftensdag, udløber fristen først den følgende hverdag.

Inden fortrydelsesfristens udløb skal du skriftligt give MMA besked om, at du har fortrudt aftalen. Du kan give MMA besked pr. brev eller e-mail. Brevet eller e-mailen skal være afsendt inden fortrydelsesfristens udløb. Du skal sende din besked om, at du har fortrudt købet, til:

MMA Forsikring

Tromsøgade 2
2100 København Ø

E-mail: mmaforsikring@mmc.com.

Du kan også gå ind på mmaforsikring.dk.

