

## Exempel på frågor som kan vara bra att ställa inför att du slutar skolan

Det kan kännas ovant att inte längre ha kontakt med elevhälsan.

Fundera gärna på om det är något du vill veta innan du slutar.

Du kan alltid fråga personalen om råd, till exempel:

- Vart vänder jag mig om jag behöver hjälp?
- Behöver något följas upp?
- Hur får jag tillgång till min information?

**Tänk på att du alltid kan ställa frågor och be om förtydliganden om något skulle kännas oklart**



## Egna anteckningar

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Vad händer när du slutar skolan?

*Information om din hälsa och saker som kan vara bra att tänka på när du går ut skolan*

## Vad händer när du slutar skolan?

Under din skoltid har din hälsa regelbundet följts upp av elevhälsans medicinska insats, till exempel av en skolsköterska.

När du lämnar skolan avslutas kontakten med elevhälsans medicinska insats. Det betyder att ingen verksamhet automatiskt fortsätter att följa upp din hälsa.

## Vad händer med information om dig?

Information om dig från elevhälsans medicinska insats följer inte med automatiskt till andra vårdmottagningar.

Det kan innebära att du själv behöver berätta om din hälsa när du söker vård.

## Du har rätt till din information

Det kan finnas information om dig som är viktig för din fortsatta hälsa.

Du kan be om att få ta del av den innan du slutar skolan. Fråga personalen på din skola om hur du kan ta del av dina uppgifter.

## Du kan alltid ta kontakt med vården om något förändras eller känns oklart



På en vårdcentral eller hälsocentral kan du få hjälp med de flesta frågor som rör din hälsa. Du kan själv välja vårdcentral genom att lista dig.



Om du vill vaccinera dig kan du kontakta en vaccinationsmottagning eller en vårdcentral. De kan hjälpa dig vidare.



Hör av dig till en tandvårdsmottagning för att fortsätta ha regelbunden kontakt med tandvården. Det kan till exempel vara folktandvården eller en privat tandläkare.



Om du mår dåligt eller behöver prata med någon kan du vända dig till vårdcentralen eller en ungdomsmottagning. Där kan du få stöd och hjälp.



Om du vill ha information och råd om hälsa, sjukdomar och hur du kan må bättre, kan du ringa 1177 eller gå in på 1177.se

## Du ansvarar mer själv

Efter att du avslutat skolan behöver du själv ta kontakt med hälso- och sjukvården om du behöver vård eller stöd.

Det kan till exempel vara att du själv bokar tid på en vårdcentral eller annan mottagning.

## Vad är annorlunda nu?

- Du bokar själv dina tider
- Du ansvarar själv för att söka vård vid behov
- Du berättar själv om din hälsa och dina behov när du träffar vården
- Du bestämmer i större utsträckning själv över din vård

## Vad kan du göra nu?

Du kan oftast själv välja vilken vårdcentral du vill tillhöra och lista dig på. Om du är osäker på hur du listar dig, kan du kontakta vårdcentralen och fråga hur du ska göra.

Du har tillgång till din journal via 1177.se. Därifrån kan du ofta boka tider och kontakta vården.

Du har rätt att få information på ett sätt du förstår. Ta kontakt med vården om något känns oklart.