

VAIHTOON LÄHTEVIEN INFO TAU



Y · T · H · S

YLIOPPILAIDEN TERVEYDENHOITOSÄÄTIÖ

SISÄLTÖ

1. YHTS:n palvelut
2. Matkan suunnittelu
3. Todistukset
4. Matkavakuutus
5. Reseptit ja perussairaudet kuntoon
6. Rokotukset
7. Palattuasi
8. Linkkejä

YTHS:n palvelut

- Terveydenhoitopalvelut
 - Yksilöllinen terveyden ja hyvinvoinnin sekä opiskelukyvyn seuraaminen ja edistäminen.
 - Esimerkiksi tartuntatautien ehkäisy ml rokotukset ja matkailuneuvonta.
- Sairaanhoidopalvelut
 - Perusterveydenhuollon sairaanhoidon ja suunterveyden palvelut
 - Kiireetön hoito
 - Esimerkiksi hoidontarpeen arviointi, lääkärin, hoitajan, fysioterapeutin etä- tai lähivastaanotot
- Opiskelu ympäristö- ja opiskeluyhteisötyö
 - Esimerkiksi opiskeluympäristön tarkastukset ja asiantuntijatoiminta.
- Lisätietoja www.yths.fi

Matkan suunnittelu

- Tutustu kohdemaan matkustustiedotteeseen ja turvallisuustilanteeseen Ulkoministeriön verkkosivuilla.
- Tilaa eurooppalainen sairaanhoitokortti Kelalta, mikäli matkustat Euroopan sisällä
<http://www.kela.fi/eurooppalainen-sairaanhoitokortti>
- Tallenna puhelimeesi kielitaitoisen yhteyshenkilön numero nimellä ICE (= in case of emergency)
- Ota tarvittavista asiakirjoista (passi, viisumi, matkavakuutus kortti, kansainvälinen rokotustodistus) valokuva ja tallenna ne esim. sähköpostiisi.

Todistukset

- Mikäli vaihto-opiskelu on **PAKOLLINEN** osa opintojasi, voit saada YTHS:ltä vaihtotodistuksen.
 - Pakollisella vaihdolla tarkoitetaan vaihto-opintoja, jotka kuuluvat kiinteänä osana tutkintoon eikä harjoittelua ole mahdollista suorittaa Suomessa. Tällaisia ovat esimerkiksi kielten tutkinnot. Aikaa varatessaan opiskelijan tulee mainita vaihdon pakollisuudesta sekä selvittää millainen todistus pohja vaihto-oppilaitoksesta vaaditaan.
 - Muutoin käännythän yksityisen sektorin puoleen.
- Mahdolliset laboratorio- ja kuvantamistutkimukset pakolliseenkin vaihtoon liittyen ovat omakustanteisia.
- Lisätietoja: [Todistukset ja lausunnot YTHS:llä - YTHS](#)

Matkavakuutus

- Matkavakuutus on suositeltava.
 - Luethan vakuutusehdot ja korvattavuudet huolella ja tarkasta vakuutuksen voimassaoloaika
 - Selvitä etukäteen mistä saat hoitoa kohdemaastasi mikäli sairastut vaihdon aikana

Reseptit ja perussairaudet kuntoon

- Huolehdiathan ennen matkaa, että sinulla on riittävä määrä reseptilääkkeitä mukanasasi
- OmaKanta-palvelussa voit pyytää uusintaa reseptillesi. [Ohjeita reseptin uusimispyynnön lähettämiseen - Kansalaiset - Kanta.fi](#)
- Mikäli otat matkalle mukaan lääkkeitä, ota jo lentokentälle mukaan apteekista saatava englanninkielinen todistus/resepti mukaasi otettavista lääkkeistä. Selvitä myös tarvitaanko reseptilääkkeistäsi mahdollisesti muita todistuksia maahantulovaiheessa.
- Mikäli tarvitset perussairautesi tai lääkityksesi vuoksi terveydenhuollon ammattilaisen vastaanoton ennen vaihtoon lähtöä, varaathan ajan hyvissä ajoin.
- HUOM! YTHS palvelut eivät ole käytössäsi ulkomailla vaihdossa ollessasi, koska potilasvakuutus ei ole voimassa. Tämä koskee myös etänä tapahtuvaa asiointia.

Rokotukset 1/3

- Tee mahdollisimman tarkka matkasuunnitelma.
- Tarkista onko kohdemaassasi suositeltavaa ottaa Suomen rokotusohjelman ulkopuolisia rokotteita. ([Matkailijan terveystodistus](#): maakohtaiset suositukset rokotteista). Mikäli majoitut asuntolassa, tarkista onko siellä rokotevaateita.
 - Käy täyttämässä Self-palvelussa Matkailuterveys-lomake rokotussuunnitelmaa varten. Täyttämäsi lomakkeen kautta sinulle järjestetään tarvittavat rokotusreseptit ja rokotusajat.
 - Täytä lomake vähintään 2-3 kuukautta ennen matkaasi, koska rokotussuojan rakentaminen voi viedä aikaa.
 - Lisätietoja [Matkailuterveys - YTHS](#)

Rokotukset 2/3

- Tarkista, että perusrokotteesi ovat ajan tasalla
- Tiedon perusrokotuksista löydät neuvolakortistasi tai lapsuuden kotipaikkakuntasi terveyskeskuksesta. Mikäli olet saanut muita rokotuksia, selvitä ajankohta ja annosten määrä sieltä missä rokotukset on annettu. Rokotussuunnitelma matkaasi varten tehdään näitä tietoja hyödyntäen.
- Mikäli olet yli 25-vuotias tai täytät pian 25, etkä ole saanut dt/dtap rokotetta aikuisiällä, varaathan rokotusajan.

Rokotukset 3/3

Perusrokotteet

- Kuuluvat Suomen kansalliseen rokotusohjelmaan
 - [Rokotusohjelma lapsille ja aikuisille - THL](#)
- Maksuttomia
 - Poliorokote
 - MPR (tuhkarokko, sikotauti, vihurirokko) rokote
 - Dt/Dtap rokote (jäykkäkouristus/kurkkumätä/hinkuyskä)

Usein matkailijoille suositeltuja, omakustanteisia rokotuksia

- Yleisesti A+B-hepatiittirokotukset
- Riskialueille mm. lavantauti, kolera, japanin aivotulehdusrokotteet, keltakuume.
- Malarian estolääke tarvittaessa.
 - Malarianestolääkkeen tarve riippuu kohteesta ja matkan kestosta. Lääkitys valitaan aina yksilöllisesti

Palattuasi

- Mikäli sairastut, muistathan mainita matkastasi vielä useampi kuukausi sen jälkeen kun olet palannut.

Selfissä voit asioida ajasta ja paikasta riippumatta.

**Täytä esim.
matkailuterveys-lomake
hyvissä ajoin ennen
matkaa.**

Palvelu ei ole käytössä
ulkomailla.



Puhelimitse tehtävä
hoidontarpeen arviointi:

- yleis- ja mielenterveys
p. 046 710 1073
- suunterveys
p. 046 710 1085

[Ajanvaraus – YTHS](#)

Palvelu ei ole käytössä
ulkomailla.

Huom!
Self-palvelu on käytössä toukokuun -26
alkuun asti. Sen jälkeen
matkailuterveyslomake siirtyy chatiin
YTHSDigissä.

Linkkejä

- [Ohjeita reseptin uusimispyynnön lähettämiseen - Kansalaiset - Kanta.fi](#)
- [Matkailuterveys - YTHS](#)
- [Tuberkuloosiohjeistus - YTHS](#)
- [Matkailijan terveysopas - Infektiotaudit ja rokotukset - THL](#)
- [Eurooppalainen sairaanhoitokortti - kela.fi](#)
- [Todistukset ja lausunnot YTHS:llä - YTHS](#)
- [Korkeakouluopiskelijan terveydenhoitomaksu | Henkilöasiakkaat | Kela](#)

Vaihtoon lähtevien info / ennakkokysymykset:

Lääkkeet ja reseptit ulkomailla

<https://www.kela.fi/laakkeet-ja-matkustaminen>

- Miten toimia Kela-korvattavien lääkkeiden kanssa, jos vaihto kestää yli 3 kk?
 - Ilmoita Kelalle hyvissä ajoin ulkomaille lähdöstäsi.
 - KELA korvaa lääkkeitä ulkomailla oleskelun ajalle, jos kuulut Suomen sairausvakuutukseen ulkomailla oleskelun ajan.
 - KELA: Jos ostat lääkettä enemmän tai jos edellisestä ostosta ei ole kulunut riittävästi aikaa, maksat lääkkeet apteekissa ensin kokonaan itse ja haet jälkikäteen korvausta. Jos matkan ajalle tarvitsemasi lääkkeet maksavat ilman korvausta 600 euroa tai enemmän, eikä sinun ole mahdollista ostaa niitä ilman korvausta, soita palvelunumeroomme 020 692 204 noin 3 viikkoa ennen matkalle lähtöä.
- Saako lääkkeitä ostettua kohdemaasta ja miten reseptit toimivat ulkomailla?
 - <https://www.kanta.fi/reseptilaakkeen-ostaminen-ulkomailta>

Rokotukset ja terveystodistukset

- Mitä rokotuksia tarvitaan vaihtoa varten? /
Tarvitseeko ottaa erityisiä rokotuksia?
- Tämä riippuu mm. matkakohteesta, matkan kestosta ja majoituksesta.
- Mitä rokotteita tarvitaan Singaporeen tai Kaakkois-Aasiaan?
- <https://www.terveyskirjasto.fi/sisalto/matkailijan-terveysopas/1129407>
- Saako rokotuksia YTHS:n kautta?
- Kansalliseen rokotusohjelmaan kuuluvat rokotukset saa YHTS:ltä. Muihin rokotteisiin saa reseptit ja ne ostetaan itse apteekista, mutta voidaan pistää YTHS:llä.
- Mitä rokotteet maksavat?
- Riippuen rokotteesta, noin 40-250e / kpl
- Saako YTHS:ltä terveystodistuksen vaihtoa varten?
- Vain pakollisiin, opintoihin kuuluviin vaihtoihin, saa todistuksen YTHS:ltä.

Terveydenhoitomaksu ja YTHS:n palvelut vaihdon aikana

- <https://www.kela.fi/terveydenhoitomaksu>
- Pitääkö terveydenhoitomaksu maksaa vaihdon ajalta? /
Maksetaanko YTHS-maksu myös silloin, kun on ulkomailla koko lukukauden?
- Jos lähdet vaihto-opiskelijaksi ulkomaille ja olet ilmoittautunut läsnä olevaksi korkeakouluun, sinun täytyy maksaa terveydenhoitomaksu. Tarkista korkeakoulustasi, pitääkö sinun ilmoittautua suomalaiseen korkeakouluun läsnä olevaksi siksi ajaksi, kun olet opiskelijavaihdossa.
- Onko YTHS käytettävissä vaihdon aikana ja miten?
- Et voi käyttää YTHS:n palveluja, kun olet ulkomailla.

**KIITOS JA MUKAVAA
MATKAA!**