



# Sådan kan du bruge PensionDanmark Sundhedsordning

## Hvad er problemet?

## Sådan får du hjælp



### Smerter eller skader

Fx ryg, knæ, skuldre eller hofte.



### Bestil din behandling på pension.dk

Du bestiller tid online eller ringer på 7010 0806. Du kan fx blive behandlet af en fyioterapeut, kiropraktor eller massør.



### Psykiske problemer

Fx stress, depression, skilsmisse eller dødsfald.



### Ring på 7010 0806 og tal med en psykolog

Du kan få personlige samtaler, hvis psykologen vurderer, at det er nødvendigt. Du kan ringe døgnet rundt.



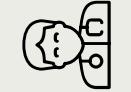
### Misbrug og afhængighed

Fx ludomanii, afhængighed af alkohol, medicin eller stoffer.



### Ring på 7010 0806 og tal med en rådgiver

Du får gode råd til at slippe af med afhængighed. Du kan ringe døgnet rundt.



### Hurtig diagnose

Kom hurtigt til undersøgelse, hvis du bliver syg.



### Send os din henvisning via pension.dk

Når du har sendt os din lægehenvisning, sørger vi for, at du kommer til undersøgelse hurtigst muligt.



### Syg længe eller tit syg?

Få svær på dine spørgsmål om sundhed og sygdom.



### Få fortrolig rådgivning på 7012 1335

Du kan få gode råd om fx behandlingsgaranti, og støtte igennem en vanskelig tid.

Du kan få hjælp, uanset om problemet er opstået hjemme eller på arbejde. Se din egen ordning på [pension.dk](#)

## Tag testen

Svar på spørgsmål om dig og dine vaner på pension.dk og få tilbud om gratis hjælp fra din sundhedsordning.