

kan være ømhed, rødme og hævelse på stikstedet og almen utilpashed med træthed og feberfølelse. Alvorlige bivirkninger er sjældne, men oplever man dette, skal man søge læge. Hvis man har søgt en HRU kontrakt og mangler en eller flere vacciner i Grundvaccinationspakken, får man dem sandsynligvis først, når man er blevet ansat.

### Skal tænderne også undersøges?

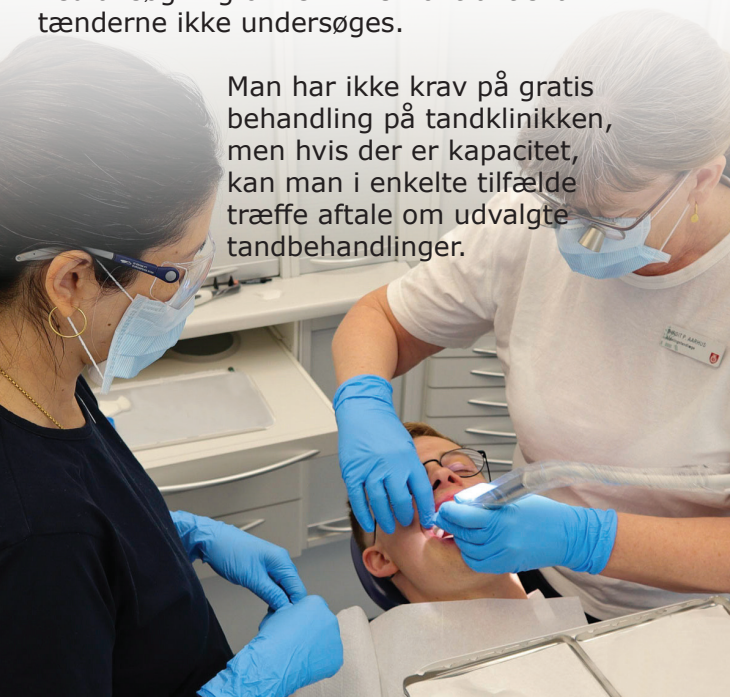
Når man er fastansat, skal tænderne undersøges som minimum hvert andet år.

Ved tandvurderingen ser tandlægen eller tandplejeren på tænder, mund og kæber. Det er kun en undersøgelse, og der er ingen grund til at være bekymret over, hvad der skal foregå.

Der bliver typisk taget fire røntgenbilleder af tænderne. Ved den første tandvurdering i Forsvaret tager man dog lidt flere røntgenbilleder. Forsvarets tandvurderinger erstatter ikke regelmæssige besøg hos en civil tandlæge, ligesom den civile tandlæges undersøgelse ikke kan erstatte Forsvarets tandvurdering.

Ved ansøgning om en HRU kontrakt skal tænderne ikke undersøges.

Man har ikke krav på gratis behandling på tandklinikken, men hvis der er kapacitet, kan man i enkelte tilfælde træffe aftale om udvalgte tandbehandlinger.



### Yderligere oplysninger

Har man adgang til Forsvarets intranet, kan man finde yderligere oplysninger i disse bestemmelser:

- ♦ FKOBST FSK.906-1 (almindelige helbreds-vurderinger)
- ♦ FPSBST 906-1 (helbredsundersøgelser ved nyansættelser)
- ♦ FKOBST FSK.906-2 (helbredsundersøgelser af dykkere og specialoperationsstyrker)
- ♦ FKOBST FSK.906-3 (flyvemedicinske helbredsundersøgelser)

Links til bestemmelserne findes på infirmeriernes side på FIIN. Man finder den ved at søge på "sanitetskommando".

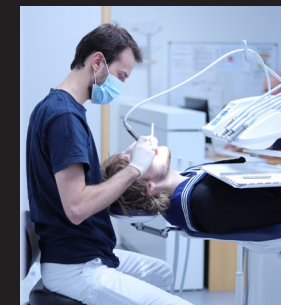
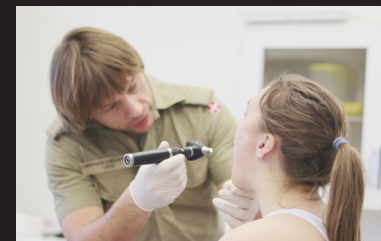
Udgivet af Forsvarets Sanitetskommando

Produceret af Udviklingsdivisionen

Redaktør:  
Afdelingstandlæge Jette Bertelsen

Foto: FSK-LE-KOM02 Ann Sofie Milling Høegh

Grafisk Layout og opsætning:  
FMI-SC-PUB22 Grafiker Pernille Gaarden  
Publikationselementet, Korsør



JAN 2023

# Helbreds- vurdering på Infirmeriet



FORSVARETS SANITETSKOMMANDO

# HELBREDSVURDERING PÅ INFIRMERIET

## – Hvordan foregår det?

Hvornår skal man til helbredsundersøgelse?

Ved ansættelse i Forsvaret skal man helbredsundersøges på et infirmeri eller ved Forsvarsministeriets Personalestyrelse.

Er man allerede militært ansat i Forsvaret, skal man til helbreds- og tandvurdering på et infirmeri i god tid før udløbsdatoen for helbreds- og tandgodkendelserne i DeMars.

### Inden helbredsundersøgelsen

Det er som udgangspunkt et krav, at man har bestået Forsvarets Fysiske Basistest inden helbredsundersøgelsen. Herudover skal man være forberedt på at:

- ♦ Man skal afgive en urinprøve inden forundersøgelsen. Derfor skal man drikke rigeligt og undlade at gå på toilettet lige inden sin infirmeriaftale.
- ♦ Man skal forvente, at det er nødvendigt at tage det meste af tøjet af i forbindelse med undersøgelsen hos læge/sygeplejerske. Det kan anbefales at have det af Forsvaret udleverede undertøj på.
- ♦ Man kan altid tage en kollega/ven med ind til lægen, hvis man føler sig mest tryk ved det, lige som lægen også har ret til at have en anden sanitets- eller sundhedsfaglig medarbejder i undersøgelsesrummet. Man kan ikke stille krav om at blive undersøgt af hhv. en mandlig/kvindelig læge eller sygeplejerske.



### Hvordan foregår helbredsundersøgelsen? Forundersøgelsen

Helbredsundersøgelsen indledes med en forundersøgelse, der udføres af en sygeplejerske eller en sygepasser/MEDIC.

Man får målt højde, vægt, blodtryk og puls, og synet bliver testet ved synstavlen uden og med evt. briller eller kontaktlinser. Ved den første helbredsundersøgelse undersøges det, om man er farveblind.

Der skal evt. tages et hjertekardiogram.

Det foregår ved, at der bliver sat elektroder på brystkassen. Målingen kan ikke mærkes, men den kræver, at man har taget tøjet af overkroppen.



### Hos lægen

En del af vurderingen hos lægen er en samtale, hvor der stilles forskellige spørgsmål bl.a. om det fysiske og psykiske helbred nu og tidligere og om evt. arvelige sygdomme. Man bliver spurgt om forbrug af medicin, alkohol og tobak samt om motionsvaner. Man bliver også anmodet om at give sit samtykke til, at lægen om nødvendigt må indhente helbredsoplysninger fra civile læger, sygehuse, Sundhed.dk og Fælles Medicinkort (FMK).

Ved lægens undersøgelse kan det være nødvendigt at tage tøjet af på nær undertøj. Det er oftest nødvendigt at tage en evt. BH af. Lægen skal kunne se hud, ryg, mave, arme og ben. Man kan blive anmodet om at foretage enkelte bevægelser, således at lægen kan se funktionen af f. eks. arme, ben og ryg. Da man inden helbredsundersøgelsen har bestået den fysiske basistest, ved lægen allerede en hel del om den fysiske form.

Lægen lytter på hjerte og lunger, trykker på maven samt undersøger for brok ved tryk i begge lyskere regioner, mens man hoster – evt. både i stående og liggende stilling. Lægen rører ikke ved kønsdele eller bryster, med mindre der er en helt specifik grund til det. Det kunne f.eks. dreje sig om hævelse/forandringer i bryst eller testikler. Der kan være behov for yderligere undersøgelser f.eks. en høreprøve eller en måling af lungefunktionen.

Ved undersøgelsens afslutning orienteres man om resultatet, og gennem hele forløbet er man meget velkommen til at stille uddybende spørgsmål.



### Skal man vaccineres?

Forsvarets militært ansatte skal være vaccineret med en "Grundvaccinationspakke", som omfatter vaccination mod difteri, stivkrampe, mæslinger, fåresyge, røde hunde og smitsom leverbetændelse. Det er derfor en fordel at medbringe sit civile vaccinationskort ved den første helbredsundersøgelse i Forsvaret.

Mangler man en eller flere af disse vaccinationer, får man dem gratis i Forsvaret, når man bliver fastansat. Herudover er der krav om forskellige vaccinationer før udsendelse i internationale missioner. De ansatte på infirmeriet vaccinerer mange gange dagligt og er dermed meget rutinerede.

Bivirkninger er sjældne, men man skal for en sikkerheds skyld blive på infirmeriet i 15 minutter efter vaccinationen. Almindelige bivirkninger