



Tryggere helsehjelp i akutte situasjoner

# KJERNEJOURNAL

Nå kan du dele dine helseopplysninger med helsepersonell på [helsenorge.no/kjernejournal](https://helsenorge.no/kjernejournal).

# KJERNEJOURNAL

---

I kjernejournalen din samles viktige helseopplysninger som du og helsepersonell har tilgang til.

- **DU KAN BIDRA**

Opplysninger om legemidler og sykehusbesøk samles inn automatisk. Du kan selv registrere kontaktpersoner, sykdommer og om du har svekket syn, hørsel eller behov for tolk. Da blir kjernejournalen din mer utfyllende og nyttig.

- **SNAKK MED LEGEN**

Har du alvorlige allergier, en sjelden lidelse eller annet som det er viktig for helsepersonell å kjenne til, kan du be legen din registrere dette.

- **ØNSKER DU IKKE KJERNEJOURNAL?**

Du kan reservere deg hvis du ikke ønsker å ha en kjernejournal.

Logg inn for å se din kjernejournal  
eller finn mer informasjon på  
[helsenorge.no/kjernejournal](https://helsenorge.no/kjernejournal).

Du kan også ringe brukerstøtte  
**800HELSE (800 43573)**.