

Opplæring i Helsenorge



Innhold

1. Hva Helsenorge er og hva vi kan gjøre der
2. Hvordan logge inn på Helsenorge
3. Nettsikkerhet, personvern og «unngå svindel – logg deg inn»
4. Fullmakt og representasjon
5. Om bruk av tjenester på Helsenorge
6. Praktiske oppgaver du kan prøve på Helsenorge

1

Hva Helsenorge er og hva vi kan gjøre der

Hva er Helsenorge?

- Helsenorge er en app og et nettsted for deg som innbygger
- På Helsenorge finner du informasjon om helse og du kan logge inn for å bruke digitale helsetjenester



Helsenorge drives av
Norsk helsenett,
et statsforetak eid av Helse-
og omsorgsdepartementet



Helsenorge er hovedinngangen til offentlige helse- og omsorgstjenester digitalt

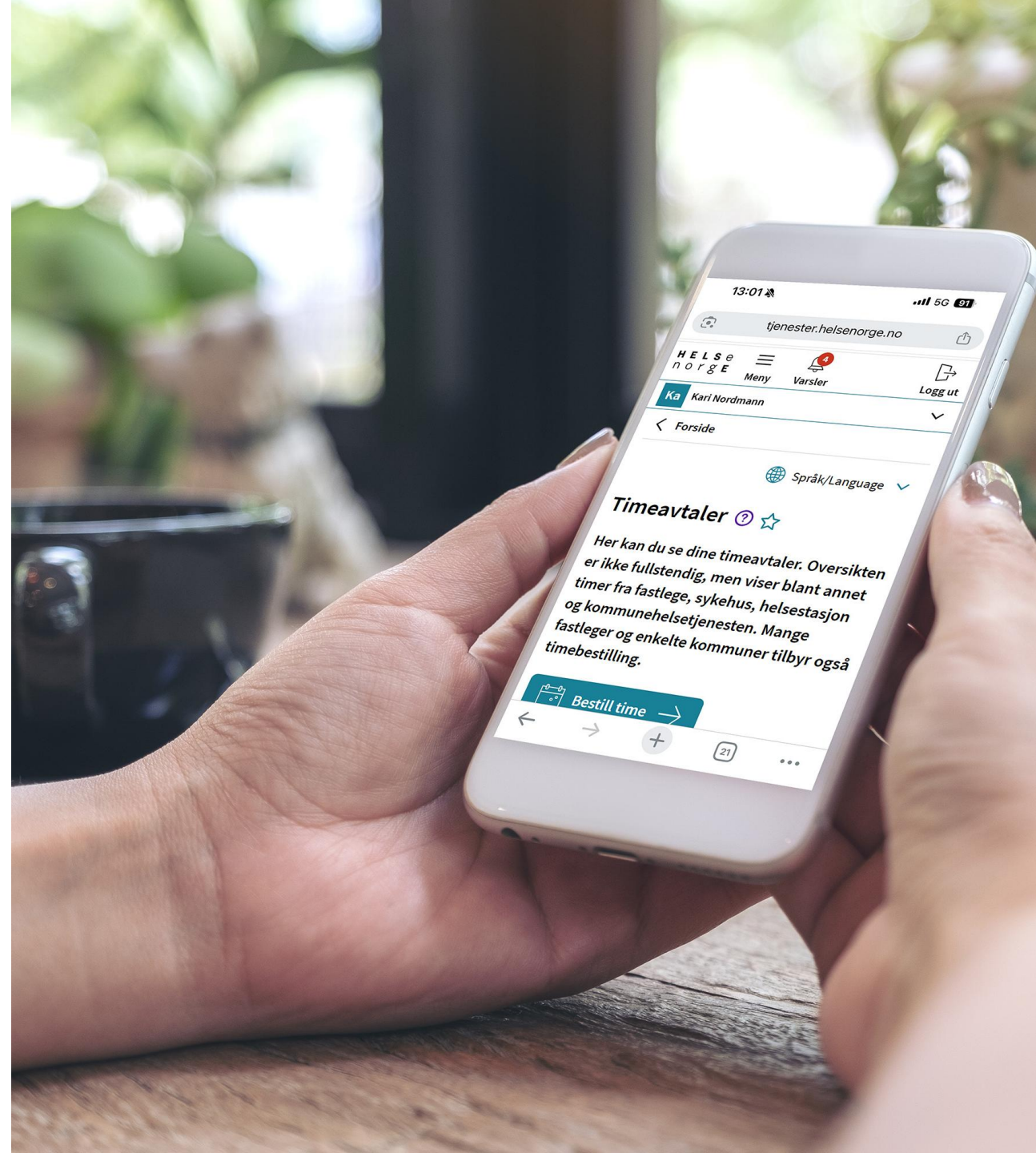
Nasjonal helse- og samhandlingsplan 2024-2027



Illustrasjon:
Helsenorge / Mostphotos

Formålet til Helsenorge

- Helsenorge skal:
 - gjøre det enklere å finne frem til og velge behandler
 - gi tilgang til egne helseopplysninger
 - gi tilbud om selvbetjening og mulighet til selvhjelp
 - gi informasjon og råd om god helse og livsstil, symptomer, sykdom, behandling og rettigheter



Helsenorgetilbudet til innbygger avhenger av...



Hvilken helseregion
du tilhører

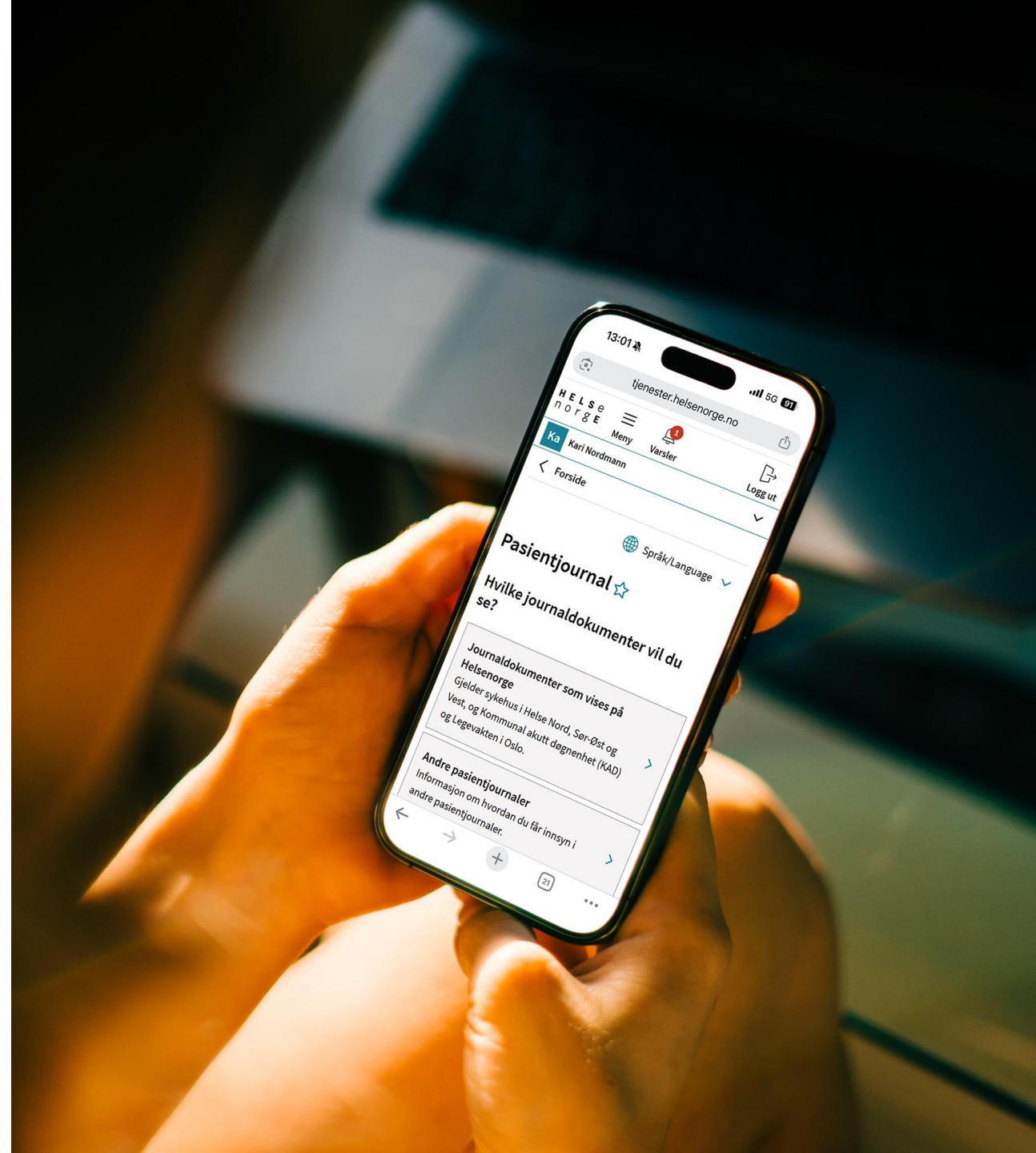


Hvilken behandler
du går til



Hvilken brukergruppe
du tilhører

Hva kan du gjøre
på Helsenorge?



Du kan lese kvalitetssikret informasjon

HELSE
norge

Meny

Søk

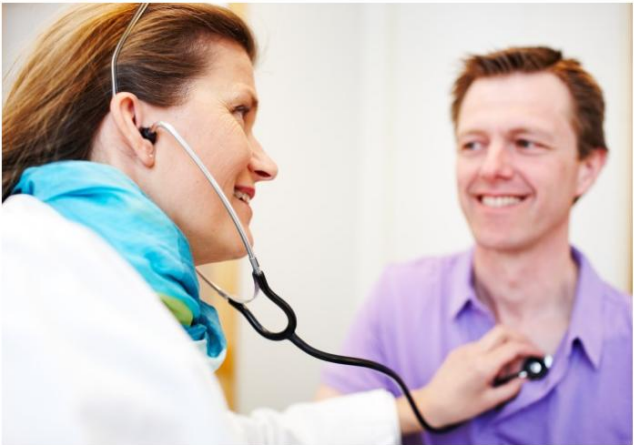
Logg inn

Betaling for helsetjenester

NorskEnglish

Frikort for helsetjenester

Frikort for helsetjenester får du når du har betalt over et visst beløp i egenandeler. Trenger du å vise frikortet, finner du det digitalt på Helsenorge. Med frikort slipper du å betale egenandeler for resten av kalenderåret.



Illustrasjon: Morten Rakkie / Heflo

Influenza

Influenza gir feber, luftveissymptomer og muskelsmerter, men går som regel over av seg selv. Gravide, eldre og kronisk syke er mer utsatt for alvorlig sykdom.



Illustrasjon: Mostphotos

Din rett til helsehjelp

Alle som bor i Norge har rett til nødvendige helse- og omsorgstjenester. Det gjelder også flyktninger og innvandrere som har lovlig opphold.



Illustrasjon: Johnér Bildbyrå AS

Bestilling av Europeisk helsetrygdkort

Europeisk helsetrygdkort dokumenterer at du har rett til dekning av nødvendig helsehjelp i et annet EØS-land på samme vilkår som oppholdslandets egne statsborgere. Du bør ha med deg kortet hvis du skal oppholde deg midlertidig i et annet EØS-land eller i Sveits.



Illustrasjon: Morten Rakkie / Heflo

Nettleser på datamaskinen:



Nettleser på mobilen:



Kvalitetssikret helseinformasjon



Bruk Helsenorge sammen med ungdommen din

Nå kan ungdom med foreldresamtykke be om å fornye resepten sin selv.

[Gi ungdommen mulighet til å bruke Helsenorge →](#)



Søk om Europeisk helsetrygdkort

Skal du på ferie til et EU/EØS-land eller Sveits i sommer? Europeisk helsetrygdkort kan sikre deg helsehjelp hvis du blir syk.

[Les mer om hvem som kan få helsetrygdkortet og hva det dekker →](#)

Kvalitetssikret helseinformasjon

Bruk Helsenorge sammen med ungdommen din

Nå kan ungdom med foreldresamtykke be om å fornye resepten sin selv.

[Gi ungdommen mulighet til å bruke Helsenorge →](#)

Søk om Europeisk helsetrygdkort

Skal du på ferie til et EU/EØS-land eller Sveits i sommer? Europeisk helsetrygdkort kan sikre deg helsehjelp hvis du blir syk.

Du kan bruke tjenester

- Lese meldinger og brev fra helsetjenesten
- Se og fornye reseptene dine
- Se oversikt over avtalene dine med helsetjenesten
- Se hvor mye som gjenstår før du oppnår frikort
- Bytte fastlege



Innboks

Meldinger og brev fra
helsetjenesten.



Resepter

Resepter på medisiner og
utstyr.

Helsenorge i bruk



5,5
millioner registrerte
brukere i 2026



Alle
regioner i Norge
tilbyr flere tjenester



Over **95%**
av fastlegene tilbyr
tjenester på Helsenorge

Få hjelp med Helsenorge



Hvis du ønsker hjelp kan du ringe Veiledning Helsenorge:

23 32 70 00

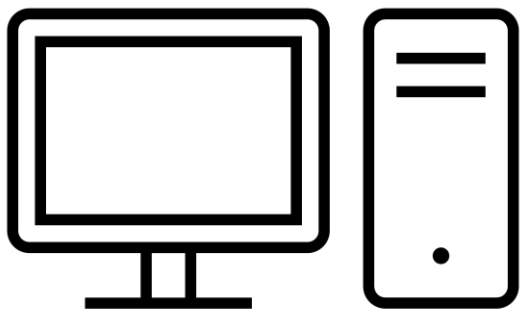
Åpent hverdager mellom 08:00-15:30

2

Hvordan logge inn på Helsenorge

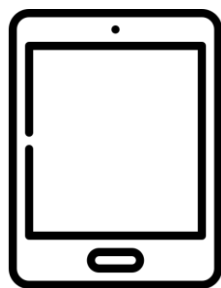
Første gang du logger inn på Helsenorge trenger du:

**Datamaskin
(PC)**



eller

**Nettbrett
(iPad)**



eller

**Smarttelefon
(mobil)**



**Elektronisk
ID**

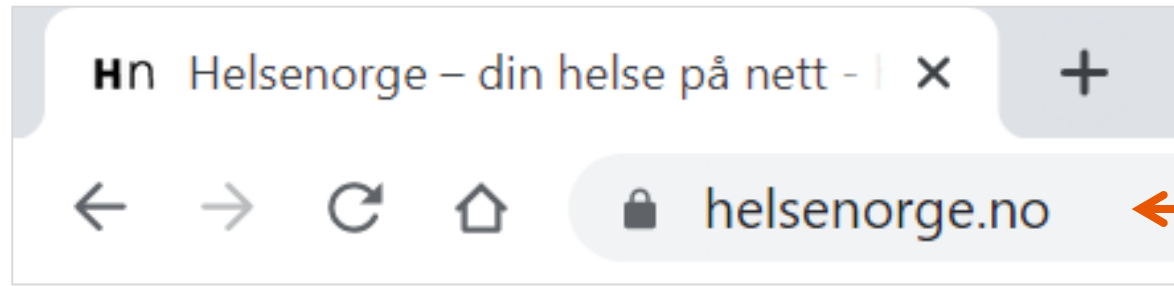
BankID-app

eller

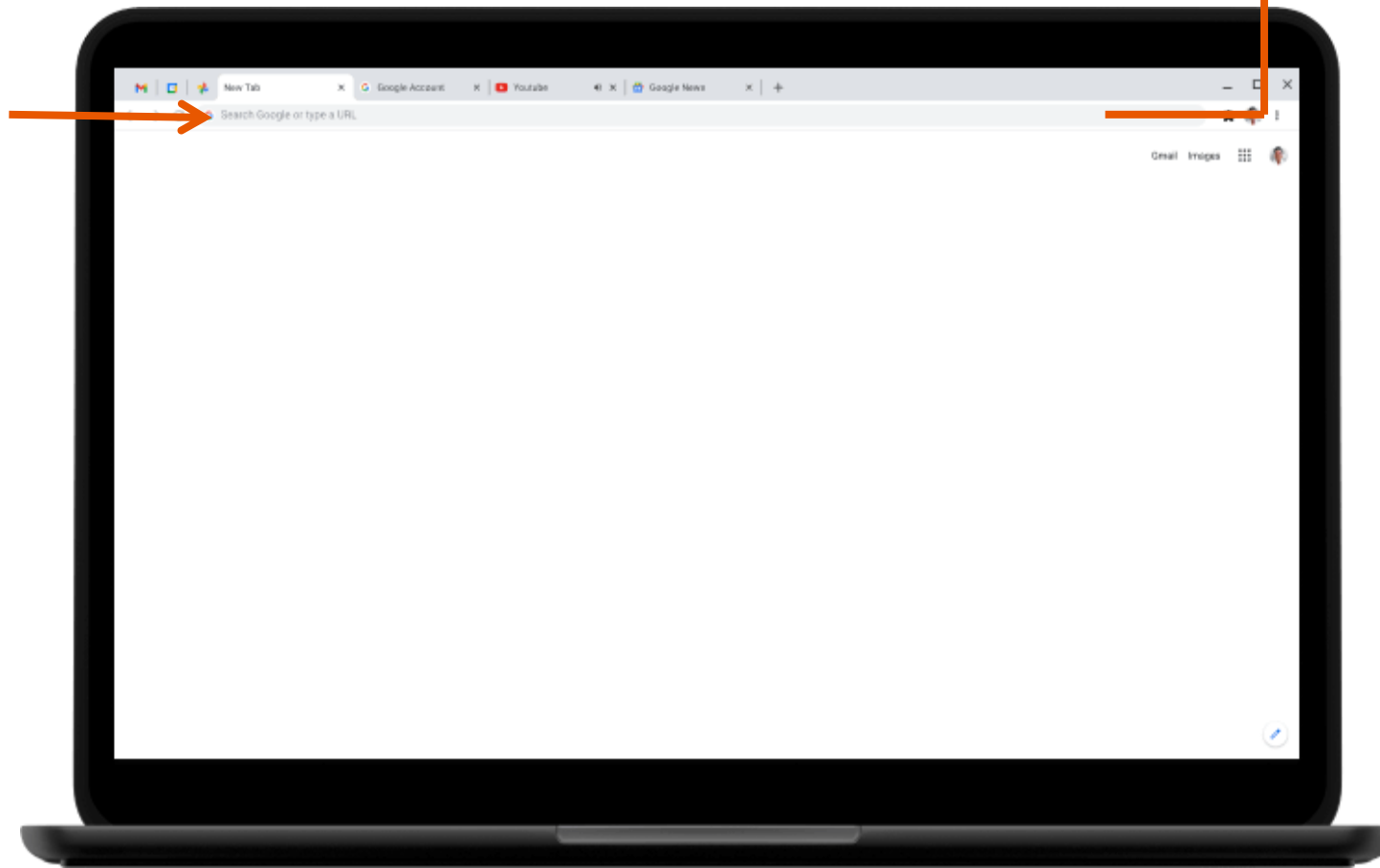
BankID med
kodebrikke

Logge inn på Helsenorge steg-for-steg

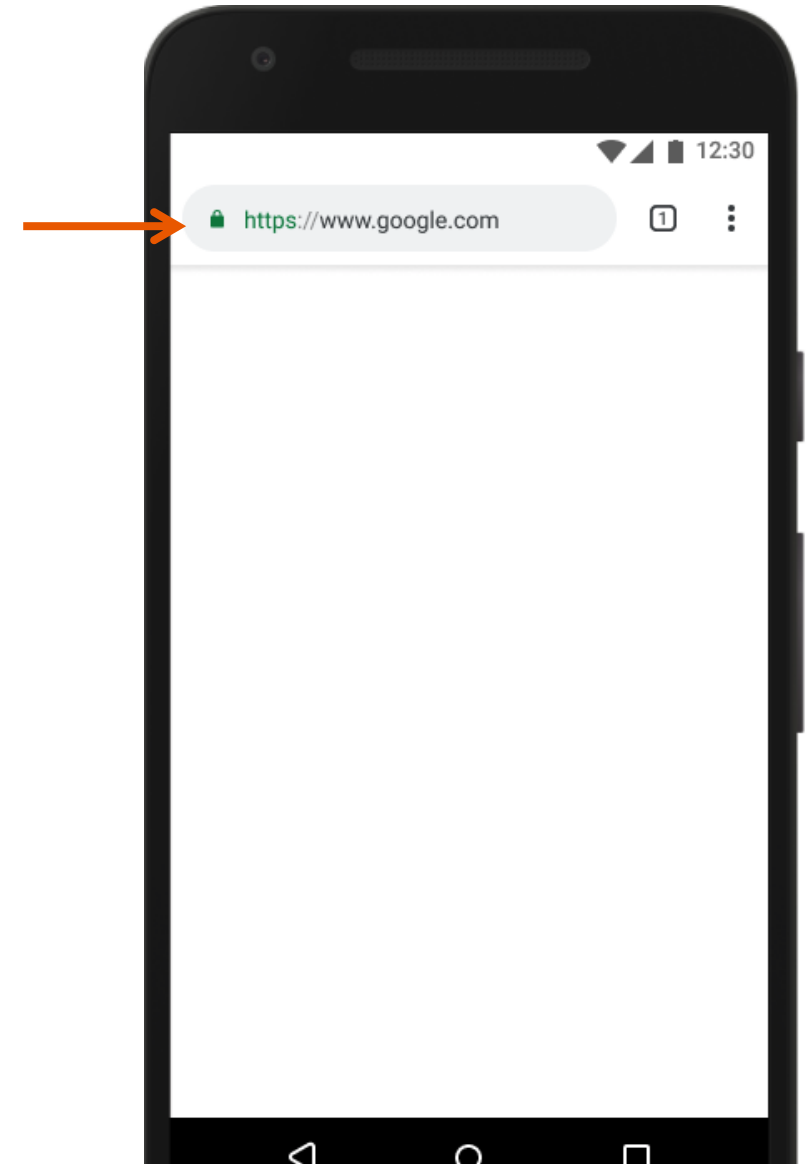
1. Åpne en nettleser, som for eksempel Chrome, Safari, Firefox eller Edge
2. Trykk på feltet øverst i nettleseren og skriv helsenorge.no
3. Trykk Gå eller Enter på tastaturet
4. På forsiden til Helsenorge: trykk på knappen «Logg inn»
5. Trykk på det alternativet for elektronisk ID som du kjenner til, for eksempel BankID
6. Følg instruksjonene som du får på skjermen for å komme videre
7. Når du ser navnet ditt på Helsenorge, så er du logget inn



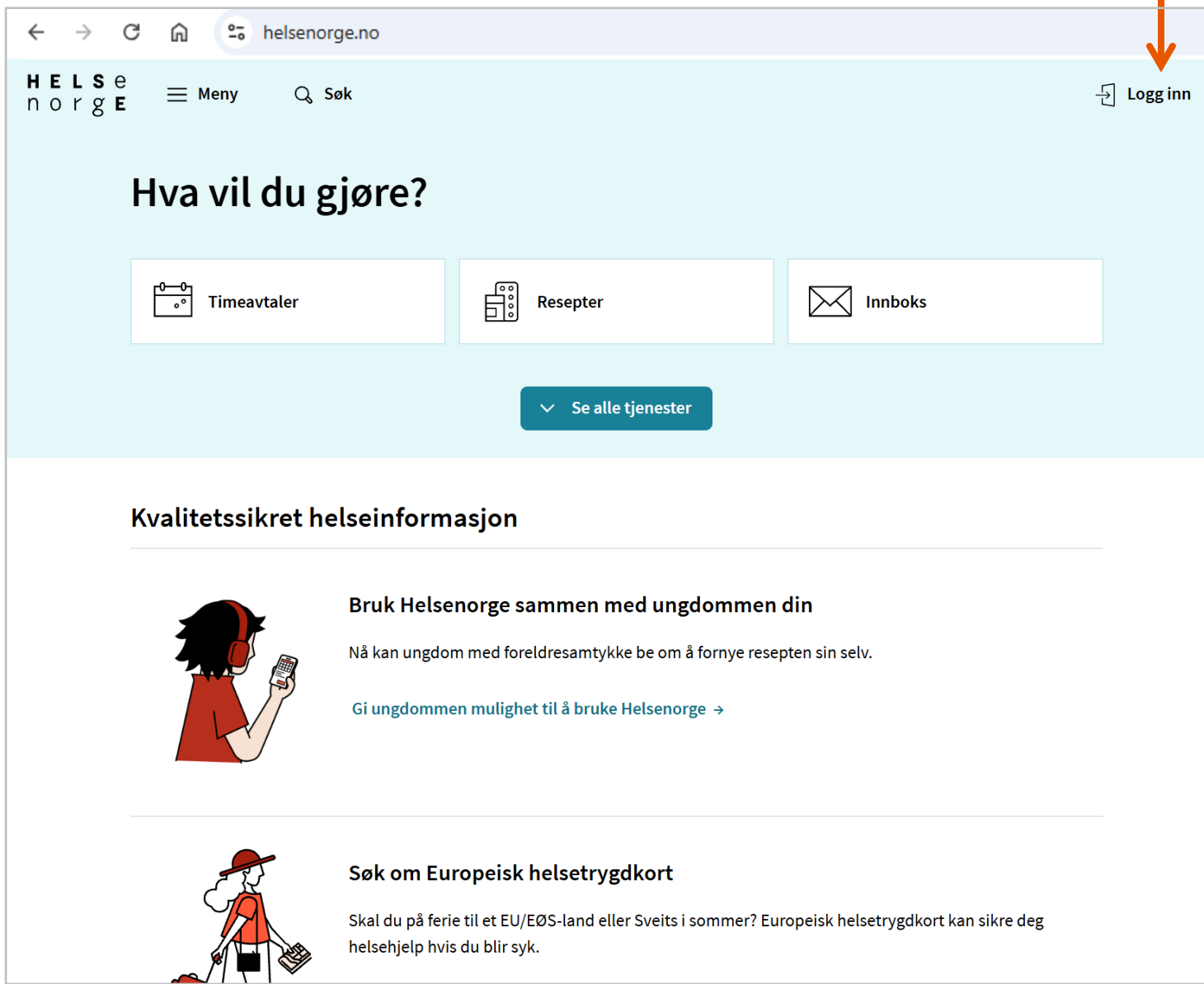
På datamaskinen:



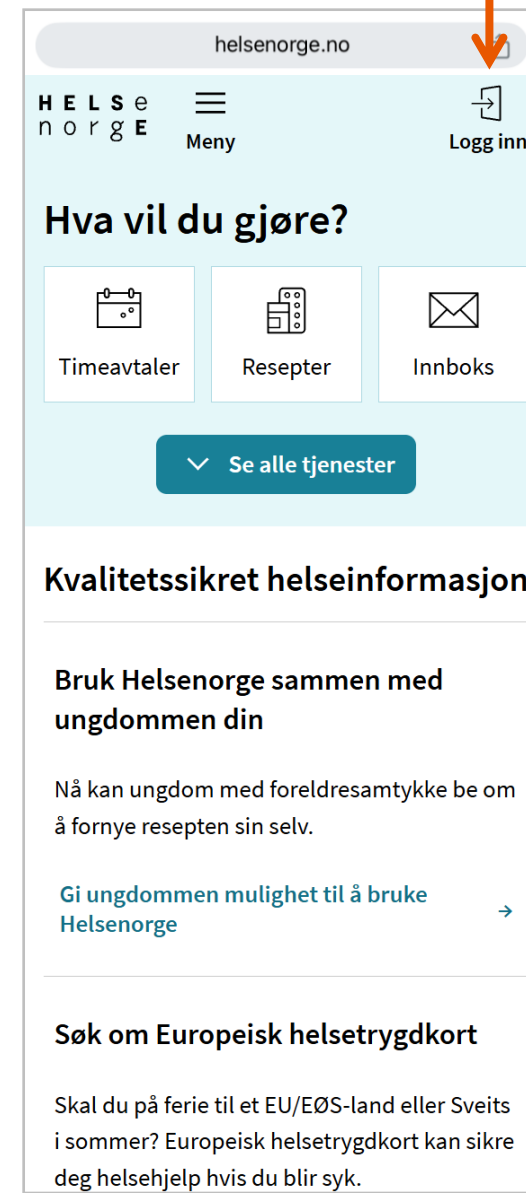
På mobilen:



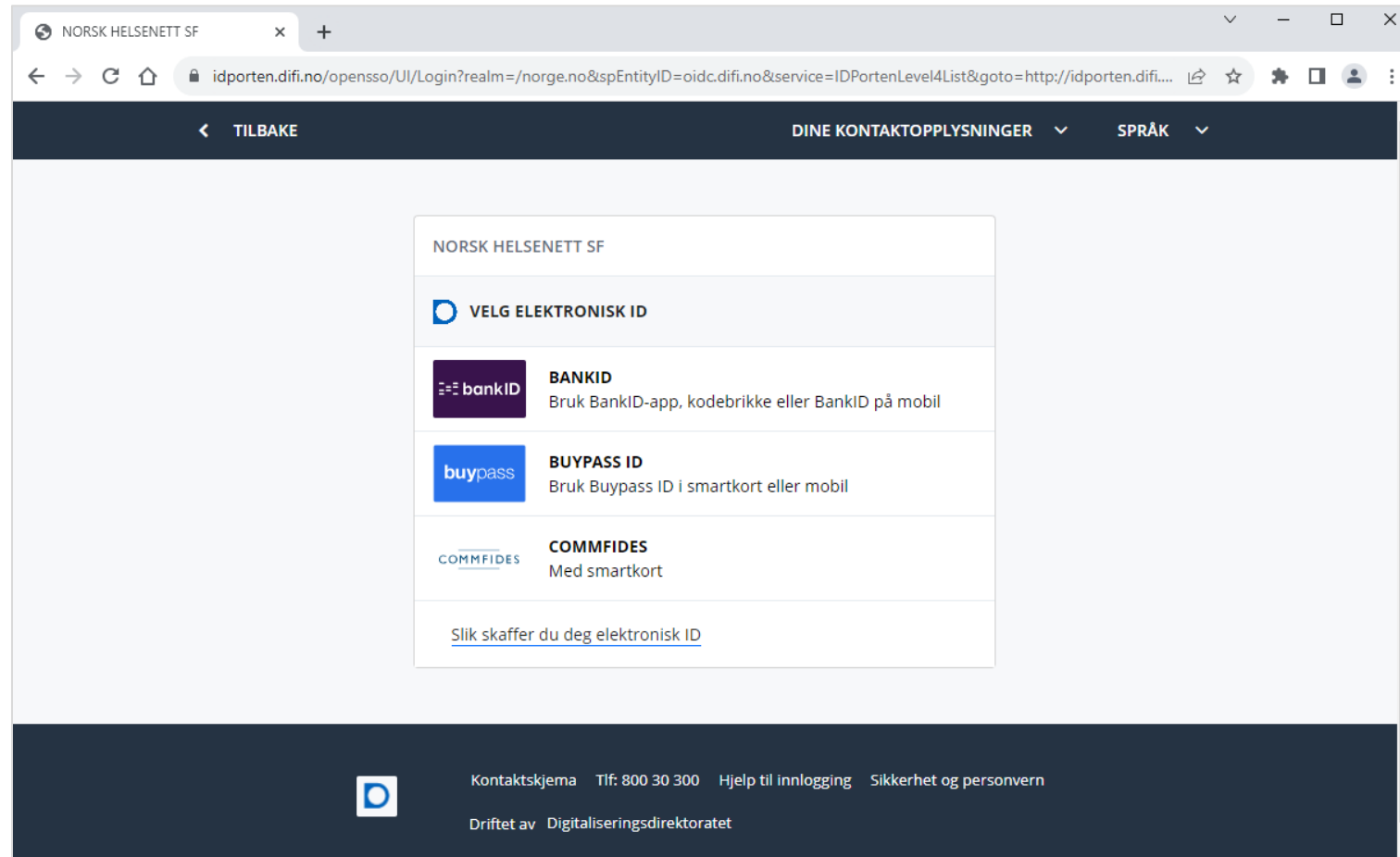
På datamaskinen:



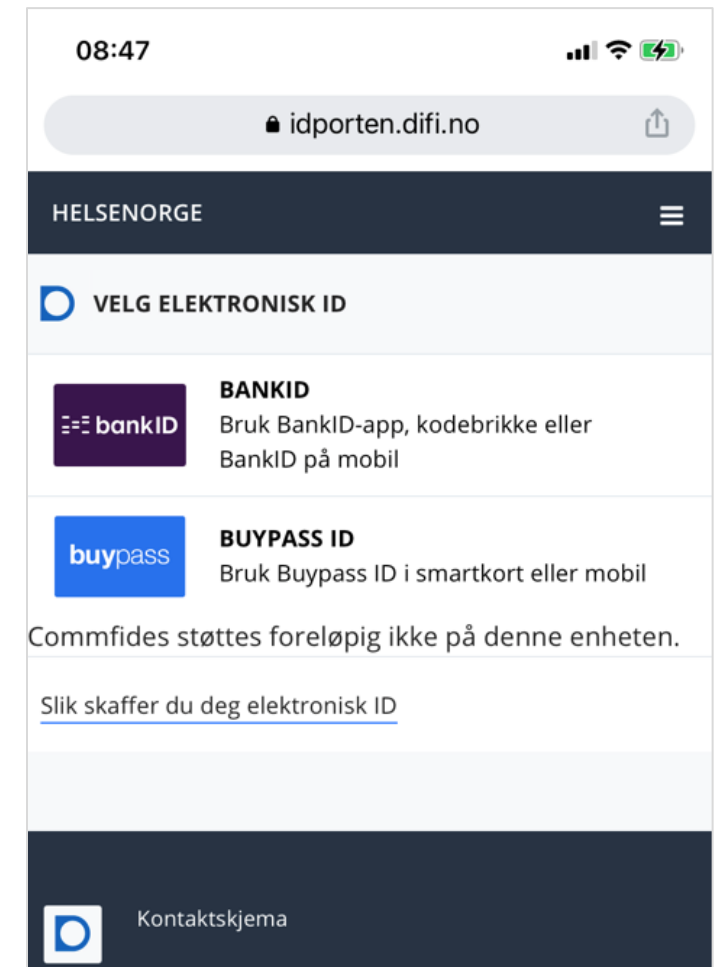
På mobilen:



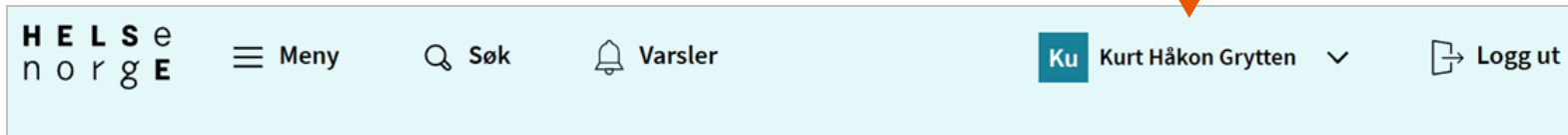
På datamaskinen:



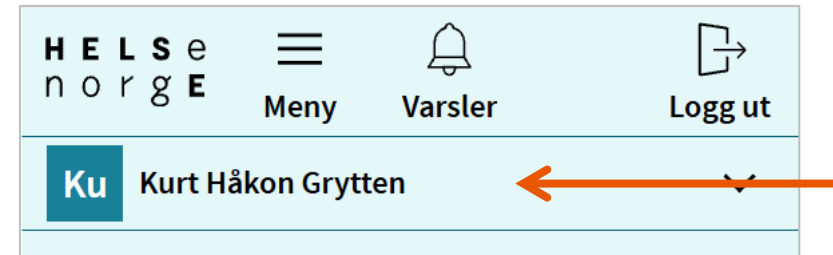
På mobilen:



På datamaskinen:



På mobilen:



Første gang du logger inn må du samtykke til bruk av Helsenorge

- Du kan velge mellom tre ulike samtykkenivåer:
 - Basis
 - Basis+
 - Full tilgang
- De aller fleste velger samtykkenivå «Full tilgang»
- Du kan når som helst endre eller trekke samtykket ditt

☐ Full	☐ Basis+	☐ Basis
☒	☒	☒
☒	☒	☒
☒	☒	☒
☒	☒	☒
☒	☒	☐
☒	☐	☐
☒	☐	☐
☒	☐	☐
☒	☐	☐

Logg inn enklere og raskere med Helsenorge-appen

- Du kan laste ned Helsenorge-appen på mobil eller nettbrett
- Aktiver innlogging med ansiktsgjenkjenning, fingeravtrykk eller kode første gang du logger inn i Helsenorge-appen, så slipper du å bruke elektronisk ID hver gang du logger inn
- Innlogging i Helsenorge-appen må fornyes med elektronisk ID hver 6. måned, for at du kan fortsette å bruke ansiktsgjenkjenning, fingeravtrykk eller kode



Logge inn i Helsenorge-appen steg-for-steg - første gang eller etter full utlogging

1. Åpne Helsenorge-appen på mobilen eller nettbrettet
2. Trykk «Logg inn»
3. Trykk på det alternativet for elektronisk ID som du kjenner til, for eksempel BankID
4. Følg instruksjonene for elektronisk ID, som du får på skjermen, for å komme videre
5. Trykk «Fortsett» for å gå til appen og fullføre innloggingen
6. Lag en personlig kode
7. Gjenta personlig kode
8. Trykk «Aktiver biometri» hvis du vil aktivere ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk
9. Når du ser navnet ditt i Helsenorge-appen, så er du logget inn

2

09:26

5G 100

HELSE
norge

**Bruk BankID eller tilsvarende for å få
tilgang til dine tjenester**

Logg inn



**Vil du kun bruke tjenester fra
helsesykepleier?**

Logg inn her hvis du er mellom 13 og 23 år og
kun ønsker å bruke tjenester fra
helsesykepleier.



3

09:26

5G 100

login.idporten.no



Helsenorge



Velg innloggingsmetode

**BankID**Bruk BankID-app eller
kodebrikke**Buypass**Bruk Buypass ID på smartkort,
mobil eller nøkkel**Commfides**

Med smartkort

[Slik skaffer du deg elektronisk ID](#) **ID-porten**

ID-porten er en felles innloggingsløsning til
offentlige digitale tjenester.

Vis alle lenker



5

09:27

5G 100

tjenester.helsenorge.no

HELSE
norge

Logg ut



Språk/Language

**Fullfør innlogging**

Fortsett til appen for å fullføre innloggingen
og bruke tjenestene dine.

Fortsett

Avbryt



23 32 70 00

Veiledning Helsenorge



6

09:27

5G 100

Lag en personlig kode

Den bruker du til å logge inn, så husk koden til senere.

Neste



7

09:27

5G 100



Gjenta din personlige kode

Gjenta koden for å sikre at den er riktig

Lagre ✓

8

09:27

5G 100



Kode er aktivert

Ønsker du å aktivere ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk for enda enklere innlogging nå? Dette kan også settes opp under innstillinger senere.

Aktiver biometri

[Hopp over](#)

9

09:28

5G 100

Em Emilie Grytten



Varsler



Meny

Hva ser du etter?



Timeavtaler



Resepter



Innboks



Vis flere tjenester



Din fastlege

Kontakt fastlegen og se alle tjenestene



Kvalitetssikret helseinformasjon

Husk å ta med Euroneisk



Hjem



Kart



Innstillinger

Logge inn i Helsenorge-appen steg-for-steg

- når du har laget personlig kode og aktivert biometri

1. Åpne Helsenorge-appen på mobil eller nettbrett
2. Skriv inn personlig kode eller bruk ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk
3. Når du ser navnet ditt i Helsenorge-appen, så er du logget inn

3

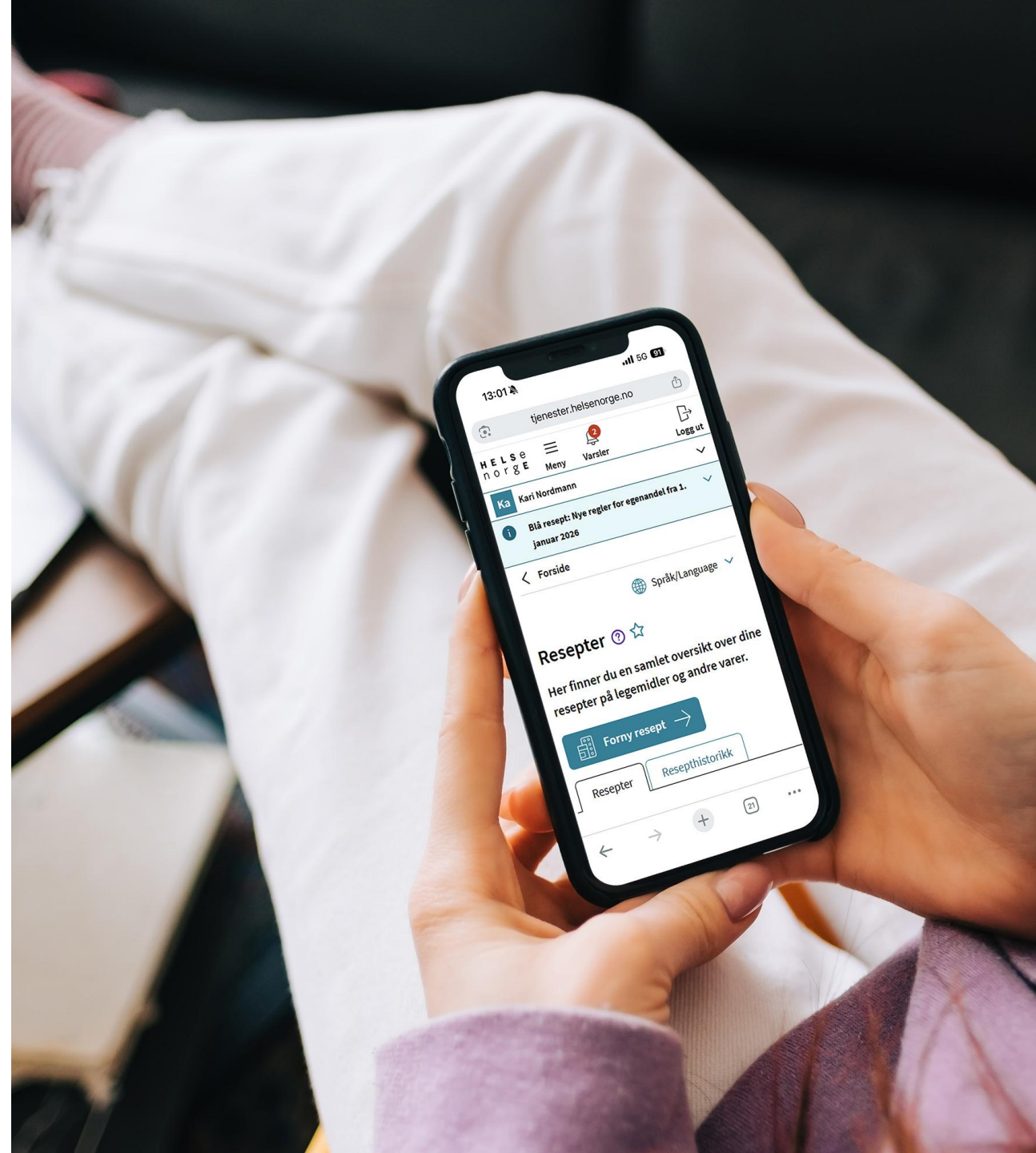
Nettsikkerhet, personvern og
«unngå svindel – logg deg inn»

Helsenorge behandler
personopplysninger på en
sikker måte og i henhold til
personopplysningsloven



Hvem har tilgang til din Helsenorge?

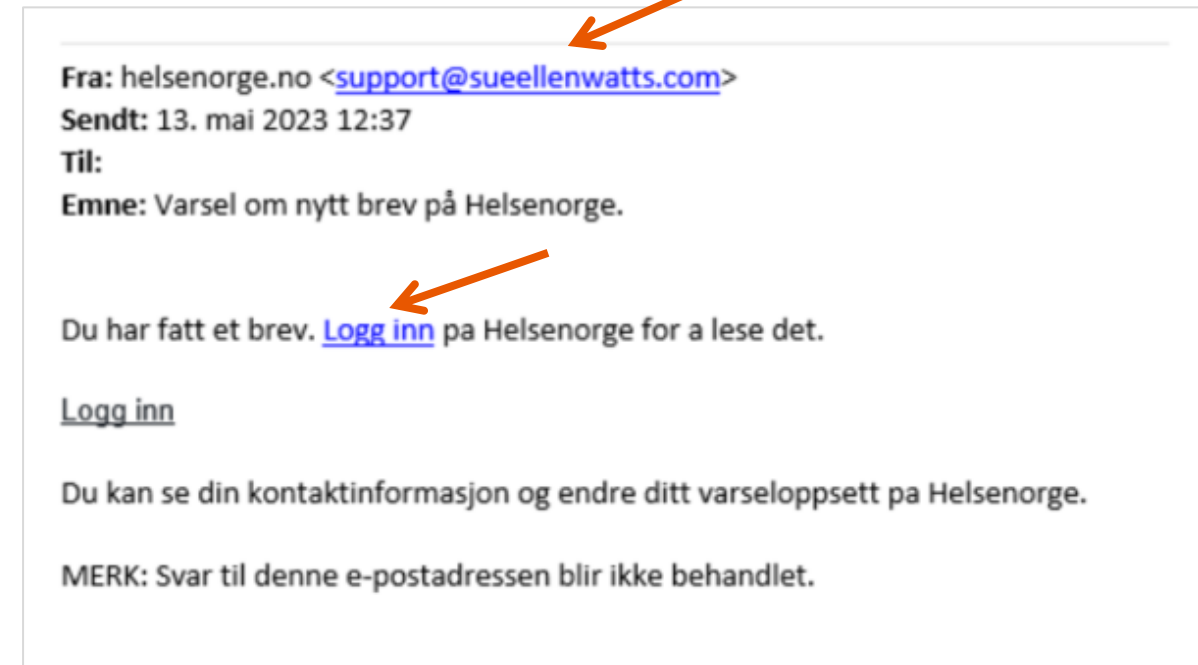
- På Helsenorge har du tilgang til informasjon om deg fra ulike systemer og registre i helsesektoren
- Det er kun du, eller de du har gitt fullmakt til, som har tilgang til din Helsenorge
- Helsepersonell har tilgang via sine journalsystem, til noe av informasjonen du kan lese på din Helsenorge
 - Helsepersonell kan kun åpne og se informasjon om deg i sine journalsystem hvis de har tjenstlig behov



Unngå svindel – logg deg inn

- Det blir dessverre sendt ut SMS og e-post fra kilder som utgir seg for å være Helsenorge, men som er forsøk på svindel
- Helsenorge vil aldri be deg om kredittkortinformasjon, sikkerhetskoder eller kontonummer via SMS eller e-post
- Helsenorge sender aldri ut lenker i SMS eller e-post
- For å være trygg, logg deg alltid inn via Helsenorge-appen eller helsenorge.no

Eksempel på svindel på e-post:



Du blir automatisk logget ut av Helsenorge ved inaktivitet

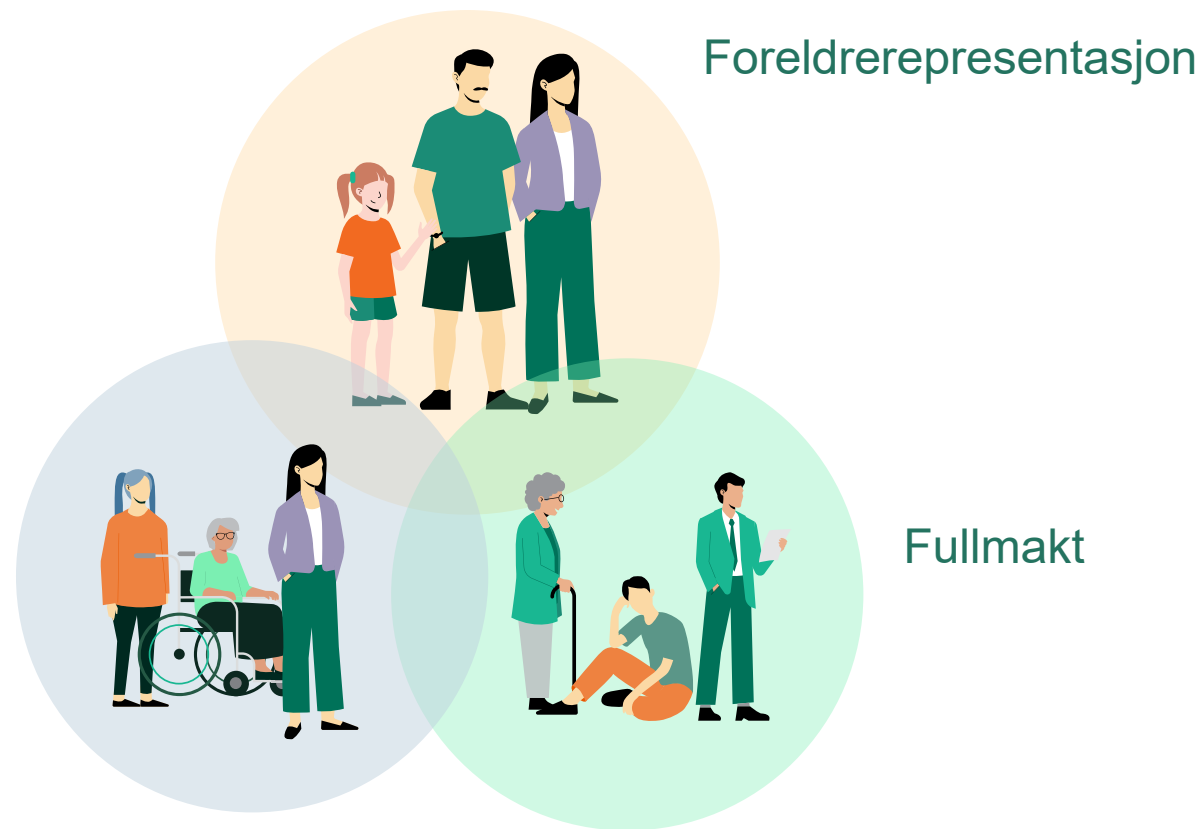


4

Fullmakt og representasjon

Måter du kan bruke Helsenorge på vegne av andre

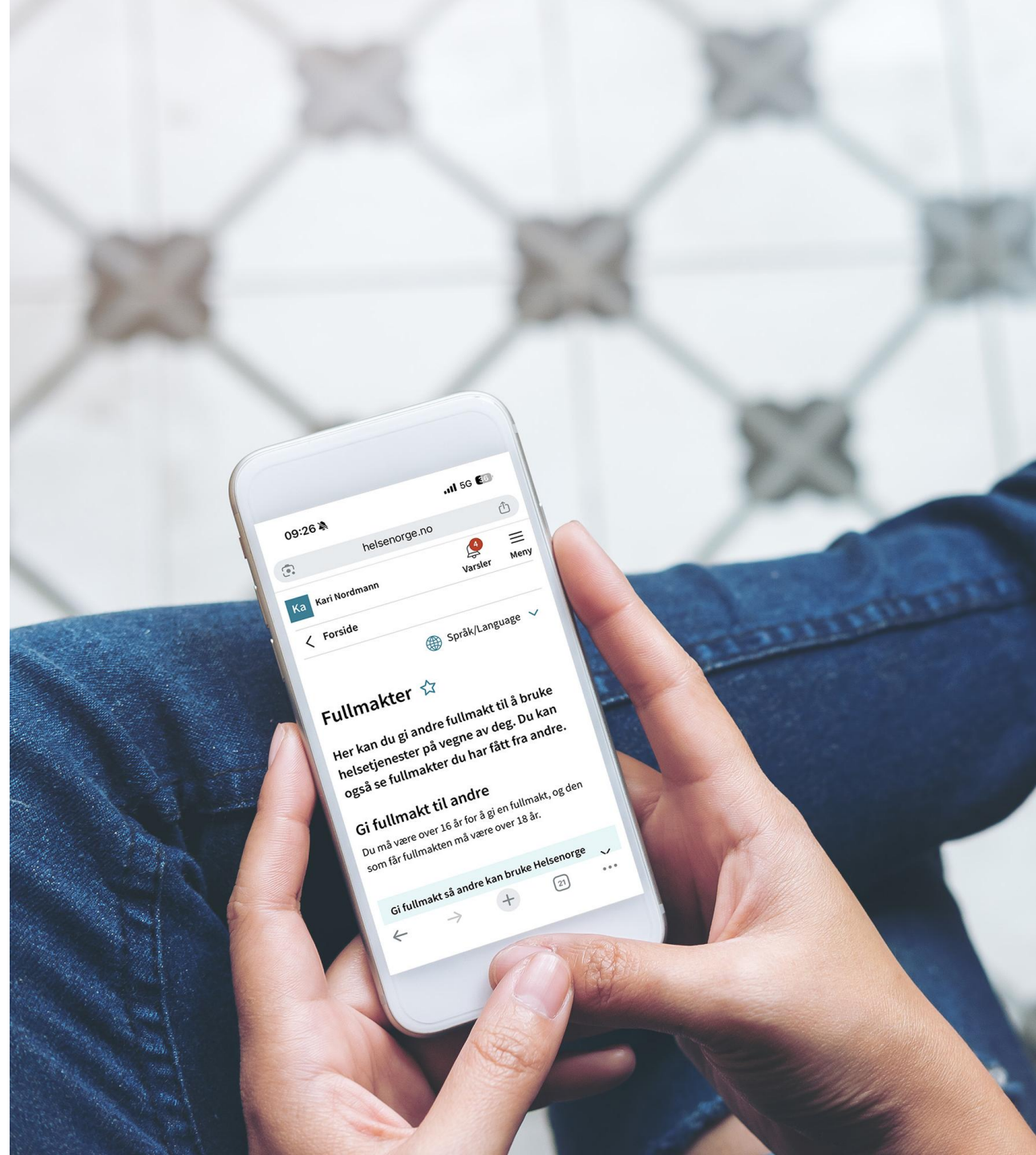
Fullmakt når noen har manglende helserettslig samtykkekompetanse



Helsenorge hele livet

Livet har mange faser. Vi tar vare på oss selv og våre kjære, men noen ganger trenger vi at andre tar vare på oss.

De som ønsker hjelp til bruk av Helsenorge kan gi **fullmakt til pårørende**.



Hvordan fungerer fullmakt på Helsenorge?

Du kan enten gi eller få fullmakt

Den som gir fullmakt må ha fylt 16 år

Den som får fullmakt må ha fylt 18 år



Du kan gi fullmakt digitalt på Helsenorge eller ved å sende et skjema i posten

Du som gir fullmakten velger hva den som får fullmakten skal få tilgang til

Du kan gi fullmakt i en utvalgt periode eller på ubestemt tid

Fullmakt ved å sende skjema i posten

- Hvor finner du skjemaet?
 - [Last ned fra helsenorge.no](https://www.helsenorge.no), eller
 - Ring Veiledning Helsenorge på telefon til 23 32 70 00, og be de sende skjemaet til din adresse
- Den som gir fullmakten må signere utfyllt skjema og legge ved kopi av sin legitimasjon

Skjema for fullmakt til Helsenorge

Du kan gi en annen person fullmakt til å bruke Helsenorge på dine vegne ved å fylle ut dette skjemaet. Du kan også gi fullmakt digitalt ved å logge deg inn på Helsenorge. Du må være over 16 år for å gi fullmakt, og den du gir fullmakt til må være over 18 år.

Den du gir fullmakt til kan bruke tjenester og utføre handlinger på dine vegne. Det betyr at personen vil få tilgang til dine helseopplysninger på Helsenorge. Den som har fått fullmakt vil ikke ha tilgang til mer enn du selv har tilgang til eller selv har samtykket. Mottaker av fullmakten vil kunne samtykke til bruk av Helsenorge på vegne av deg dersom du ikke selv har gitt samtykke tidligere.

Fullmaktsøknad på skjema saksbehandles normalt innen 30 dager.

Du vil få et brev med en kode

For å kunne gi en fullmakt til en annen person er det nødvendig med en ekstra bekreftelse fra deg. Vi sender deg et brev med en kode så snart vi mottar dette skjemaet fra deg.

Når du har mottatt brevet med kode må du ringe til Veiledning Helsenorge på 23 32 70 00 og oppgi koden og saksnummeret som du finner i brevet. Det er viktig at det er du selv som ringer. Vi oppretter fullmakten etter at du har ringt.

Veiledning for utfylling av skjema

Du som gir fullmakt må fylle ut alle relevante felter i skjemaet på side 3, legge ved kopi av gyldig legitimasjon og signere. Vi kan ikke behandle henvendelsen din hvis skjemaet er mangelfullt, eller hvis det inneholder feil opplysninger. Vi vil kontrollere at opplysningene er korrekte.

Velg områder fullmakten skal gjelde for

På side 3 velger du hvilke områder du ønsker at fullmakten skal gjelde for. Hvert tjenestemråde inneholder én eller flere tjenester. Her kan du velge å gi tilgang til ett område, eller kombinere flere. Du kan lese mer om innholdet i de ulike områdene på side 2 i dette skjemaet.

Ønsker du å endre en fullmakt du tidligere har gitt, må du krysse av for alle de tjenestemrådene du vil skal gjelde fra nå av.

Har du spørsmål?

Se mer informasjon om tjenestene på Helsenorge på www.helsenorge.no. Har du spørsmål om utfylling av dette skjemaet, kan du ringe Veiledning Helsenorge på telefon 23 32 70 00. Skjema til utfylling finner du på side 3.

Fullmakt på Helsenorge inkluderer ikke Helfo-tjenester

HELSE
n o r g e

Meny

Søk

Logg inn

[Om fullmakt](#)

Norsk [English](#)

Fullmakt ved kontakt med Helfo

Du kan gi andre fullmakt til å kontakte Helfo på vegne av deg, eller du kan få tilsvarende fullmakt fra andre. Du eller den som skal gi fullmakt, må fylle ut eit papirskjema som kan sendast inn til Helfo via digitalt skjema.

1

Fullmakt gjeld all kontakt med Helfo

Dersom du kontakter Helfo på vegne av andre, treng du fullmakt.

[Les mer](#)

2

Slik går du fram for å ordne fullmakt

Den som skal gi fullmakt, må fylle ut og skrive under på dette skjemaet:

[Les mer](#)

Du trenger en egen [Helfo-fullmakt](#) hvis du på vegne av andre skal:

- søke om Europeisk helsetrygdkort
- finne og bytte fastlege
- sjekke frikort og egenandeler

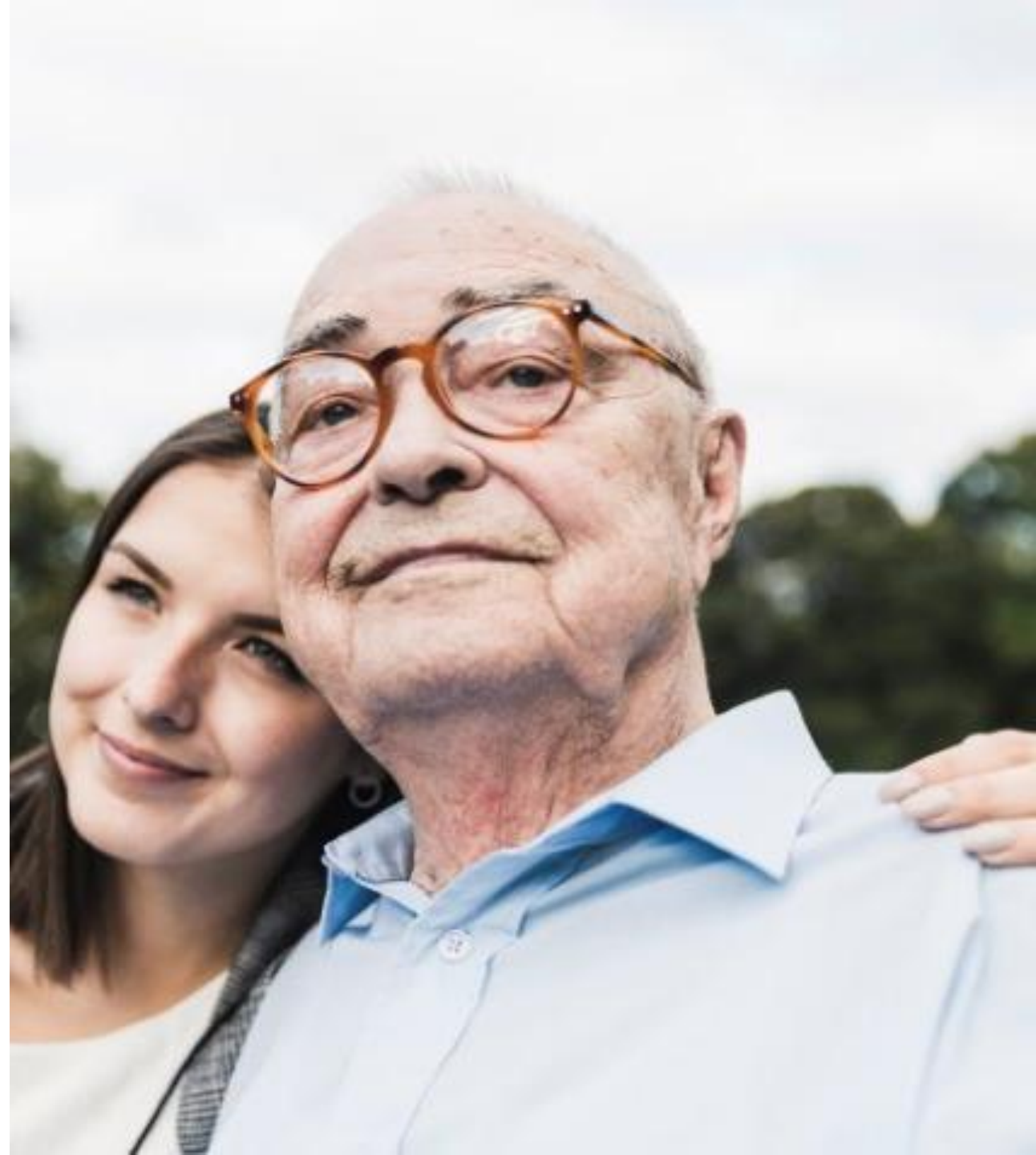
Fullmakt når noen har manglende helserettslig samtykkekompetanse

- Pårørende kan **be** om å få fullmakt på vegne av andre
- Fullmakten er på vegne av noen som er ute av stand til å ivareta sine interesser og forstå hva et samtykke innebærer
 - Manglende helserettslig samtykkekompetanse
- Det er kun de nærmeste pårørende som kan få en slik fullmakt
- Søk på ordet «samtykkekompetanse» på helsenorge.no for å finne skjemaet



Bruk av fremtidsfullmakt

- En fremtidsfullmakt er et privat alternativ til vergemål
- Pårørende kan bruke fremtidsfullmakt for å få tilgang til Helsenorge på vegne av den som har gitt fremtidsfullmakten
- Forutsetter:
 - Fullmakten må dekke «personlige forhold» og/eller «innsyn i helseopplysninger», eller inneholde informasjon om at den er gitt til nærmeste pårørende
 - Fullmakten må være stadfestet av Statsforvalteren
- Pårørende går frem på samme måte på helsenorge.no som ved «Fullmakt når noen har manglende helserettslig samtykkekompetanse»



Få hjelp med fullmakt og representasjon på Helsenorge



Hvis du eller dine pårørende ønsker hjelp,
kan dere ringe Veiledning Helsenorge:

23 32 70 00

Åpent hverdager mellom 08:00-15:30

5

Om bruk av tjenester på Helsenorge

Hva vil du gjøre?



Timeavtaler



Resepter



Innboks

Se alle tjenester



Din fastlege

Kontakt fastlegen og se alle tjenestene



Kvalitetssikret helseinformasjon



Søk om Europeisk helsetrygdkort

Skal du på ferie til et EU/EØS-land eller Sveits i sommer? Europeisk helsetrygdkort kan sikre deg helsehjelp hvis du blir syk.

[Les mer om hvem som kan få helsetrygdkortet og hva det dekker →](#)

Hva vil du gjøre?

[Timeavtaler](#)[Resepter](#)[Innboks](#)[Se alle tjenester](#)

Din fastlege

Kontakt fastlegen og se alle tjenestene



Kvalitetssikret helseinformasjon



Søk om Europeisk helsetrygdkort

Skal du på ferie til et EU/EØS-land eller Sveits i sommer? Europeisk helsetrygdkort kan sikre deg helsehjelp hvis du blir syk.

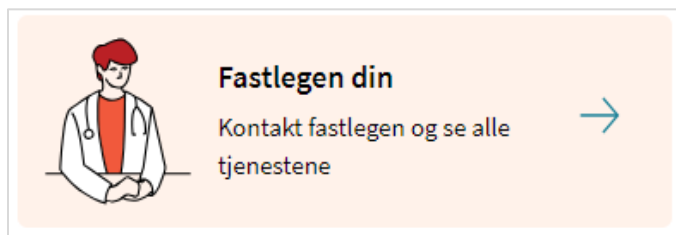
[Les mer om hvem som kan få helsetrygdkortet og hva det dekker](#) →

Du skal nå få mer informasjon om:

- Fastlegetjenester
- Innboks
- Resepter
- Vaksiner
- Frikort og egenandeler
- Bytte fastlege
- Pasientjournal
- Donorkort



Tjeneste: Fastlegen din



- Hvilke tjenester du har tilgang til, avhenger av hva fastlegen din har valgt å tilby på Helsenorge
- Eksempler på tjenester fastlegen kan tilby:
 - Fornye resept
 - Bestille time
 - Starte e-konsultasjon
 - Kontakte legekantoret (resepsjonen)
- Ved kontakt via Helsenorge har fastlegen krav om å svare deg i løpet av 5 virkedager
- Dersom fastlegen har lagt ut informasjonsmelding til sine pasienter kan du se denne på Helsenorge

Tjeneste: Innboks



Innboks

Meldinger og brev fra
helsetjenesten.

- I innboksen har du oversikt over alle meldingene du har fått og sendt til helsetjenesten via Helsenorge
 - Meldingene kan for eksempel være fra fastlegen din, fra kommunale helsetjenester eller innkalling til time på sykehus
- For å lese en melding trykker du på «Se detaljer» i Innboks
- Du kan trykke på «Skriv ny melding» i Innboks hvis du vil se hvilke helsekontakter du kan skrive melding til via Helsenorge
- Varsler fra Helsenorge
 - Du får beskjed fra Helsenorge på SMS og/eller e-post om nye meldinger og brev
 - Hvis du bruker Helsenorge-appen får du pushvarsler på mobilen din i stedet for varsel på SMS og e-post, dersom du har aktivert pushvarsler
 - Du vil få påminnelse om uleste meldinger og brev etter 4 dager

Tjeneste: Resepter



Resepter

Resepter på medisiner og utstyr.

- Tjenesten Resepter gir deg oversikt over alle medisinene dine og status for reseptene
 - Under fanen «Resepter» ser du aktive resepter og utleveringer de siste 12 månedene
 - Under fanen «Resepthistorikk» finner du alle resepter og utleveringer tre år tilbake i tid
- Hvis du ønsker mer informasjon om en av reseptene dine, kan du trykke på «Se detaljer» på resepten
 - Der kan du blant annet se: dosering, hvem resepten ble rekvirert av, når resepten ble rekvirert og antall utleveringer
- Det finnes en utskriftsvennlig versjon av reseptoversikten din helt nederst på Resepter-siden
- Du kan på Helsenorge be om fornyelse av dine faste legemidler, dersom fastlegen din tilbyr denne tjenesten
 - Trykk på «Forny resept» for å se om tjenesten er tilgjengelig

Tjeneste: Vaksiner



Vaksiner

Oversikt over registrerte
vaksiner.

- Tjenesten Vaksiner gir deg oversikt over hvilke vaksiner du har tatt
 - Trykk på «Vaksinehistorikk»
 - I oversikten vises alle vaksinene dine som er registrert i Nasjonalt vaksinasjonsregister (SYSVAK)
- Hvis du ønsker, kan du skrive ut vaksinasjonskortet ditt
 - Trykk på «Vaksinekort»
 - Den utskriftsvennlige versjonen av vaksinasjonskortet inneholder informasjon på både norsk og engelsk

Tjeneste: Frikort og egenandeler



Frikort og egenandeler

Registrerte egenandeler
og frikortstatus.

- Tjenesten Frikort og egenandeler gir oversikt over dine betalte egenandeler og du kan se hvor mye det er igjen før du får frikort
 - Du kan se hvilke behandlere og tjenester som utløser godkjente egenandeler
 - Du kan se historikk for egenandeler og frikort to år tilbake i tid
- Hvis du har fått frikort, finner du en digital versjon på denne siden og kan vise frikortet herfra til helsetjenesten
 - Du vil også få varsel og melding i innboksen din på Helsenorge når du får innvilget frikort

Tjeneste: Bytte fastlege



Bytte fastlege

Finn og bytt fastlege,
eller stå på venteliste.

- Tjenesten Bytte fastlege gir deg mulighet til å søke etter ledige fastleger og bytte fastlege
 - Du kan søke opp en fastlege basert på område eller navn på fastlegen eller legekantoret
 - Deretter får du en oversikt over alle fastlegene i området, du kan se fastlegekontor, ledige plasser og antall på venteliste
 - Du ser også om du kan velge å bytte, sette deg på venteliste eller at bytte ikke er mulig

Tjeneste: Pasientjournal



Pasientjournal

Journaldokumenter fra
sykehus.

- I tjenesten Pasientjournal på Helsenorge kan du se utvalgte journaldokumenter fra sykehus, Kommunal akutt døgnerhet og Legevakten i Oslo
 - I fremtiden vil du også kunne se utvalgte journaldokumenter fra fastlegen og kommunen på Helsenorge
 - Du kan søke på dato, dokumenttype, eller utvalgte ord fra journalen
 - Filtrering på 1 år står på, og filtreringen må utvides eller fjernes hvis du ønsker å se journaldokumenter lenger enn 1 år tilbake i tid
 - Det er mulig å enten åpne dokumenter og/eller lagre de på egen pc/mobil
- Hvis du har spørsmål til innholdet i journaldokumenter i Pasientjournal, må du kontakte det aktuelle sykehuset, Kommunal akutt døgnerhet eller Legevakten i Oslo

Tjeneste: Donorkort



Donorkort

Digitalt donorkort for
organdonasjon.

- I tjenesten Donorkort på Helsenorge kan du opprette et digitalt donorkort
- Når du oppretter et digitalt donorkort kan du legge til to pårørende som kjenner til ditt standpunkt, og hvis du vil, kan disse få en SMS fra Helsenorge som informerer dem om ditt ønske om å være organdonor
- Hvis du ønsker, kan du skrive ut donorkortet
 - Trykk på knappen «Utskriftsvennlig donorkort» på Donorkort-siden

Få hjelp med tjenestene på Helsenorge



Hvis du ønsker hjelp kan du ringe Veiledning Helsenorge:

23 32 70 00

Åpent hverdager mellom 08:00-15:30

6

Praktiske oppgaver du kan
prøve på Helsenorge

Praktiske oppgaver du kan prøve på Helsenorge

- 1. Logg inn på Helsenorge og trykk på tjenesten «Din fastlege»:**
Sjekk om fastlegen din tilbyr tjenester på Helsenorge og eventuelt hvilke tjenester du har tilgjengelig
- 2. Logg inn på Helsenorge og trykk på tjenesten «Vaksiner»:**
Hvis du har tatt vaksine i år, se om du finner den i vaksineoversikten din
- 3. Logg inn på Helsenorge og trykk på tjenesten «Frikort og egenandeler»:**
Sjekk hvor mye du har betalt i egenandeler i år og om du har fått frikort
- 4. Logg inn på Helsenorge og trykk på tjenesten «Pasientjournal»:**
Sjekk om du har noen dokumenter tilgjengelig i pasientjournalen din
- 5. Logg inn på Helsenorge og trykk på tjenesten «Donorkort»:**
Opprett donorkort på Helsenorge og legg til pårørende som kjenner til ditt standpunkt
- 6. Logg inn på Helsenorge, søk etter og åpne tjenesten «Kontaktinformasjon»:**
Legg til hvem som skal stå som kontaktpersoner/pårørende i din kjernejournal

Sist oppdatert: 30.06.2026

Denne presentasjonen er
utarbeidet av statsforetaket
Norsk helsenett som driver
Helsenorge



Illustrasjon: Helsenorge / Mostphotos