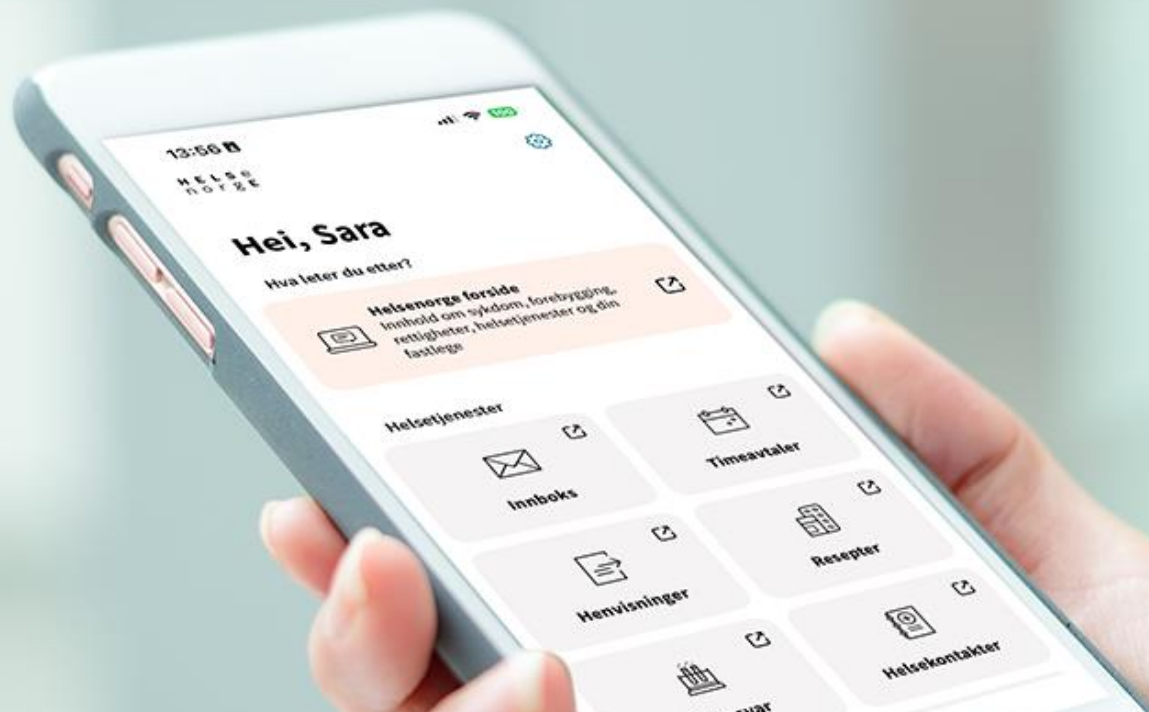




Slik ser Helsenorge ut for innbyggjer
Sist oppdatert: 09.12.2024

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Om Helsenorge

Helsenorge er et offentlig nettsted for innbyggere i Norge der de kan finne informasjon om helserelaterte tema og logge inn for å bruke digitale tjenester.

Innholdet er levert av ulike aktører i helsesektoren, og det er statsforetaket **Norsk helsenett** som har ansvar for drift og utvikling av nettstedet.

Det er mange **samarbeidspartnere** som leverer innhold til Helsenorge. Her står det mer om hvem de ulike aktørene er og hva de jobber med:

[Samarbeidspartnere](#)

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

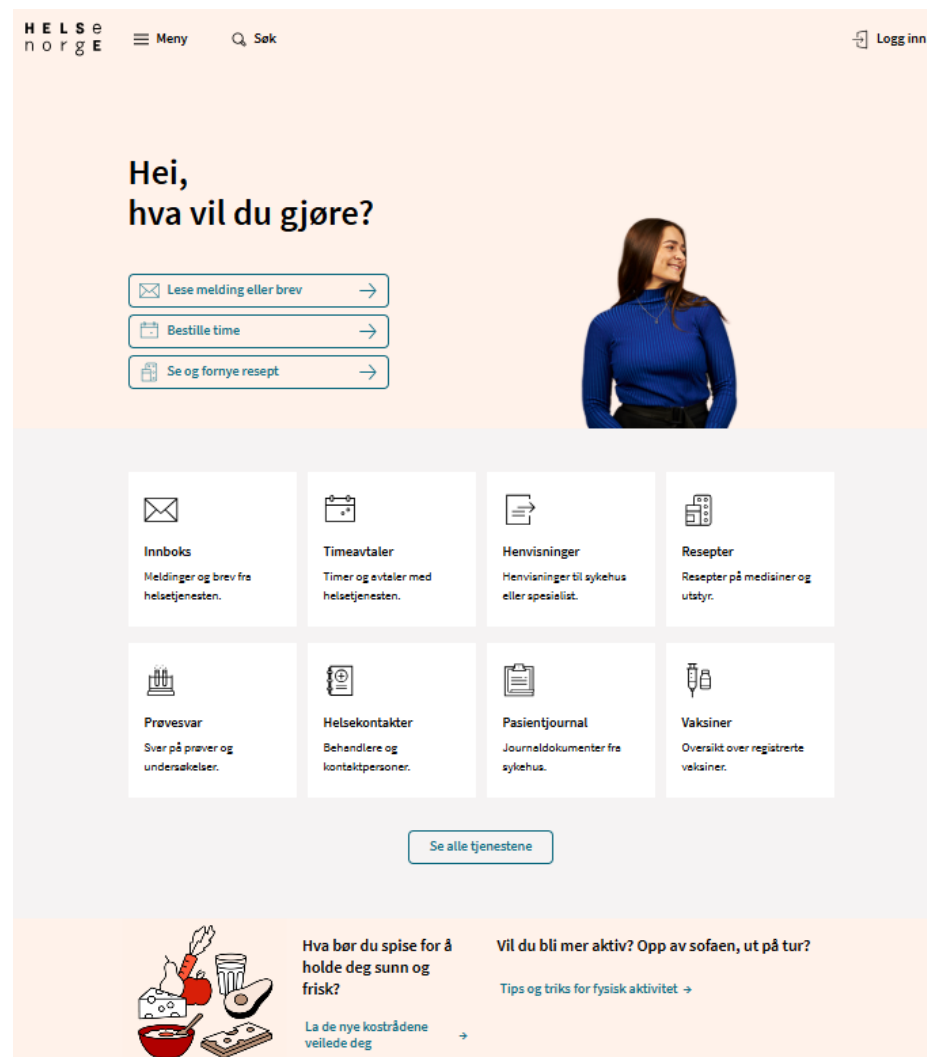
Én vei inn til sikre digitale helsetjenester

Helsenorge gir deg mulighet til å delta aktivt i beslutninger og oppfølging av egen helse, og gjør deg i stand til å være en god pårørende.

Noen tjenester kan du benytte på vegne av dine barn og de som har gitt deg fullmakt.

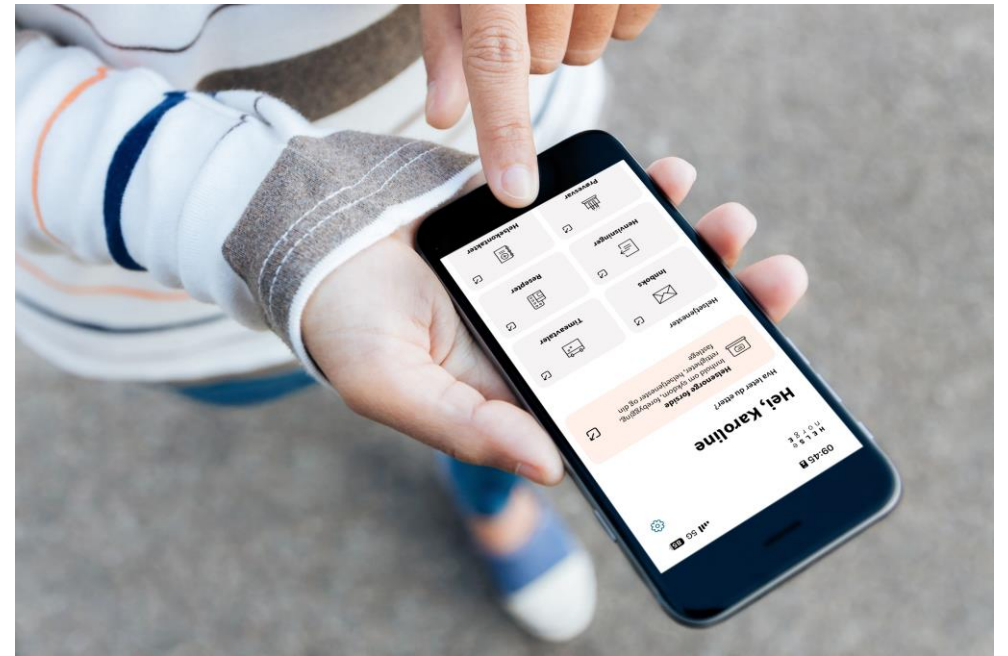
Helsenorge kan benyttes på mobil, pc og nettbrett.

I 2024 hadde Helsenorge over 120 millioner besøk.



Dette finner du på Helsenorge

Selvbetjeningsløsninger der du har tilgang til ulike digitale helsetjenester dersom du logger inn.



Illustrasjon: Helsenorge / Mostphotos

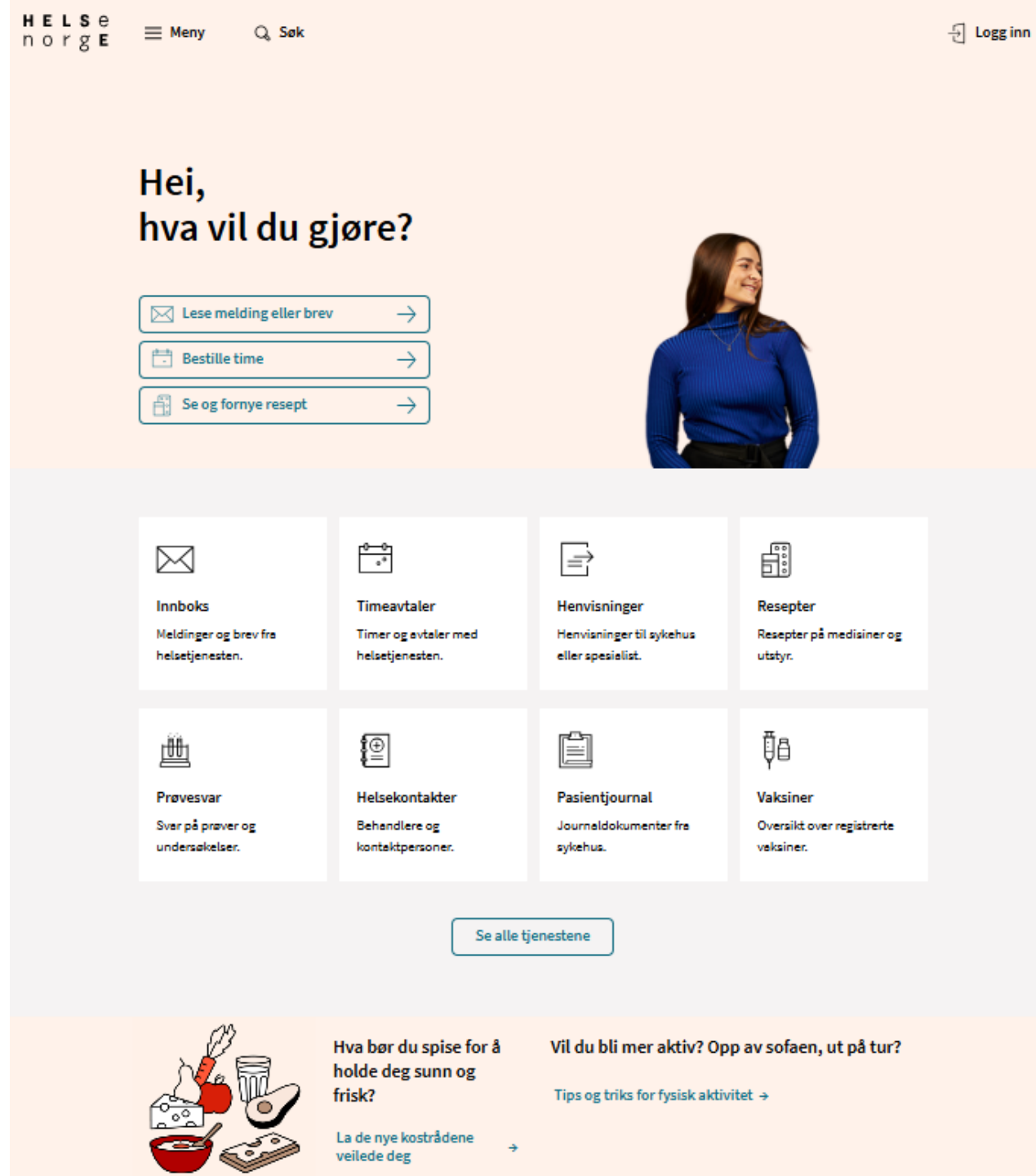
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Forsiden på Helsenorge

På forsiden finner du innganger til et utvalg av de ulike digitale tjenestene som tilbys gjennom Helsenorge, samt en menylinje med innholdsoversikt og aktuelle saker.

Når du klikker på en av tjenesteboksene, finner du mer informasjon om tjenesten.

Hvis tjenesten kan brukes uten å være innlogget, sendes du rett dit. Likevel bør du logge inn for å få tilgang til den fullstendige tjenesten.

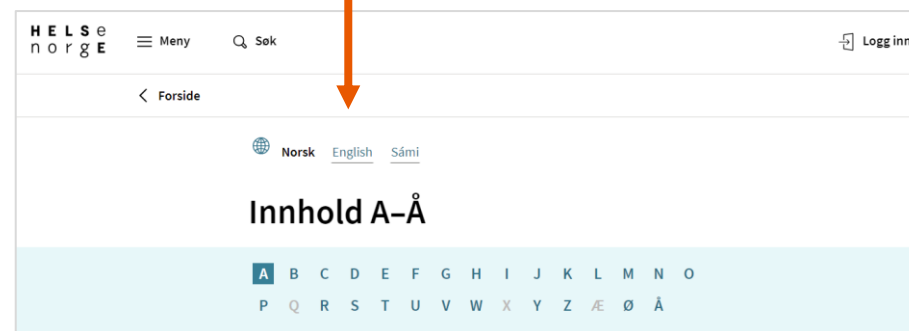
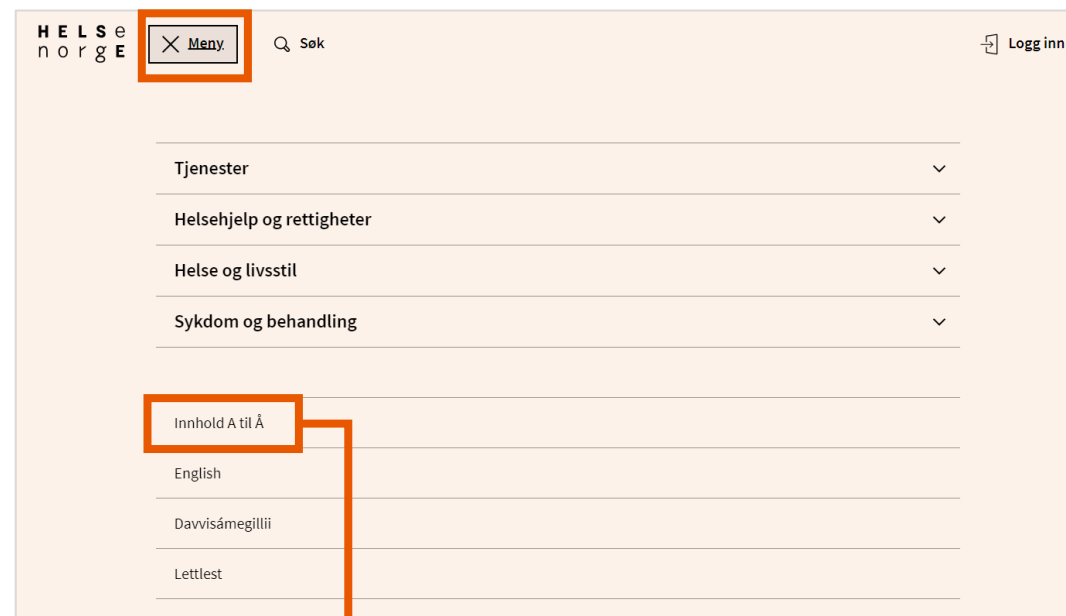


Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Kvalitetssikret innhold (1 av 2)

På Helsenorge kan du finne innhold om helse, livsstil, sykdom, behandling og rettigheter, og informasjon om mange ulike temaer.

Du kan enten søke etter innhold eller se i «Innhold A til Å».



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Kvalitetssikret innhold (2 av 2)

Flere temaer er det mye informasjon om. Du finner også nyttige lenker som gir deg gode veier videre.

Nederst i hver artikkel er det informasjon om hvem som har levert og kvalitetssikret innholdet.

< Sykdommer og symptomer

Astma og allergi

Astma og allergi er vanlige plager. Her får du informasjon om de ulike plagene, og gode råd for å behandle dem.

Astma

Astma hos barn >

Astma hos voksne >



Bruker du inhalatoren riktig? →

Riktig bruk av inhalatoren er viktig for deg som har astma eller kols. Er du usikker på hvordan du bruker inhalatoren, kan du få hjelp på apoteket.

Illustrasjon: Martin Ørevstad / Apotekforeningen

Om Giftinformasjonen

Om Giftinformasjonen ▾

Kontaktinformasjon ▾

Giftinformasjonen tar opp samtalene ▾

Vårt hovedmål og hvordan vi jobber ▾

For produsenter og importører ▾

Innholdet er levert av [Giftinformasjonen](#)

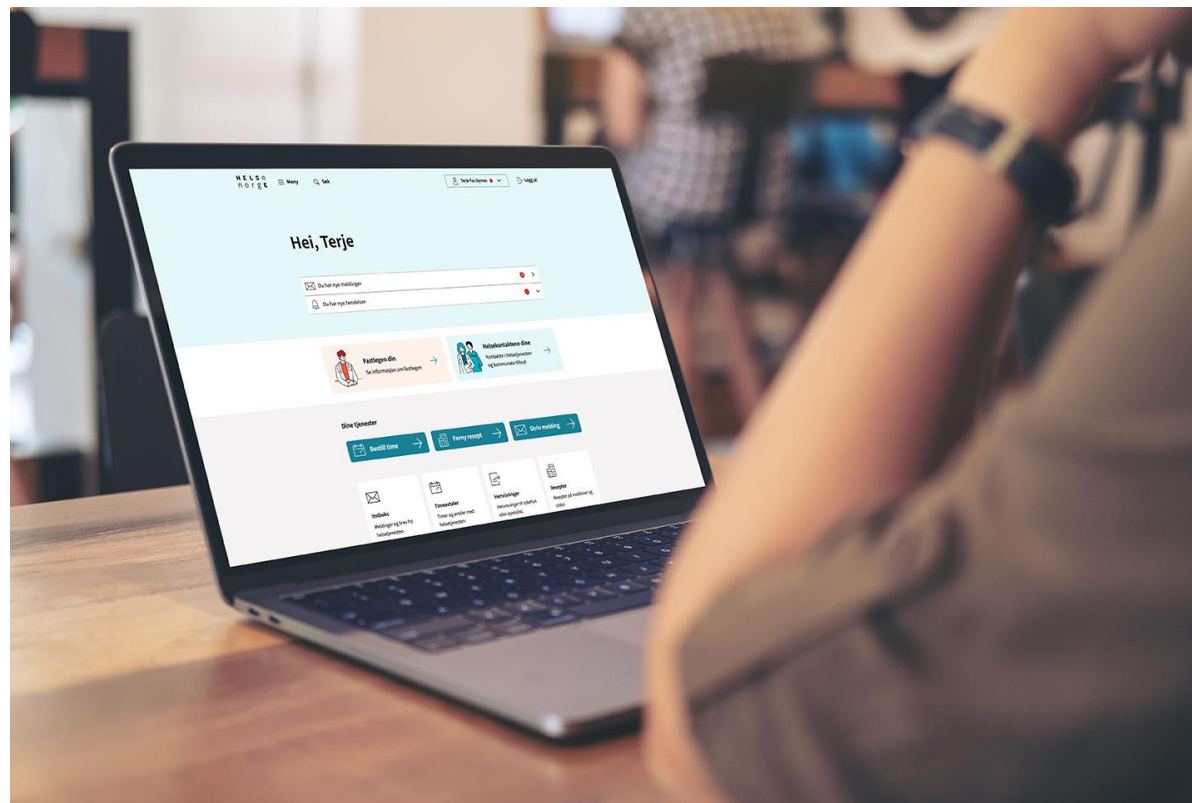
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Innlogging til selvbetjeningsløsninger

Første gang du logger inn på Helsenorge må du velge samtykkenivå for bruk av Helsenorge.

Valgene du da tar, om blant annet tilganger og samtykker, kan du **endre** senere.

Du kan også **trekke** samtykket ditt til bruk av Helsenorge.



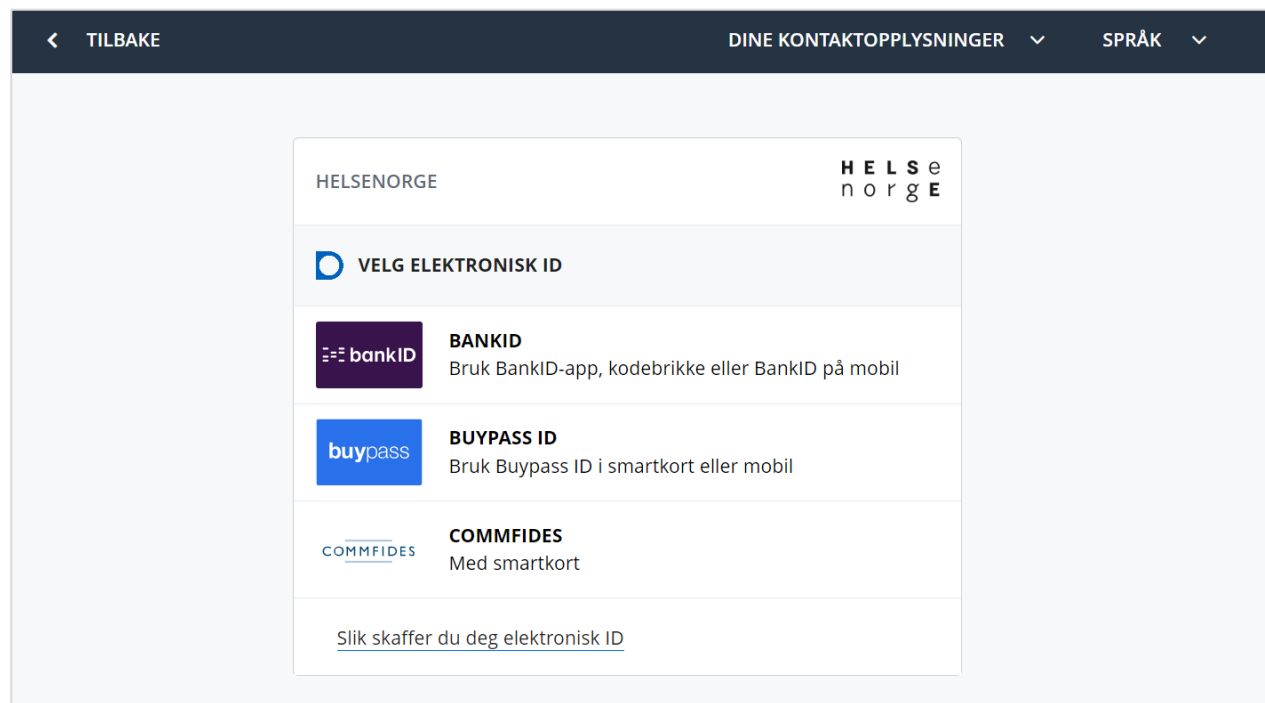
Illustrasjon: Helsenorge / Mostphotos

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Hvem kan logge inn på Helsenorge?

Alle som har norsk **fødselsnummer** eller **D-nummer** kan logge inn på Helsenorge. Du må også ha **elektronisk ID**, som vist på bildet.

Du må være over 16 år for å kunne bruke de digitale tjenestene på Helsenorge.



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Helsenorge-appen på mobil

Du kan logge inn på Helsenorge via app på mobilen.

Helsenorge-appen på mobil gjør innlogging lettere med ansikts-gjenkjenning, fingeravtrykk eller kode.

Last ned Helsenorge-appen fra App Store eller Google Play.

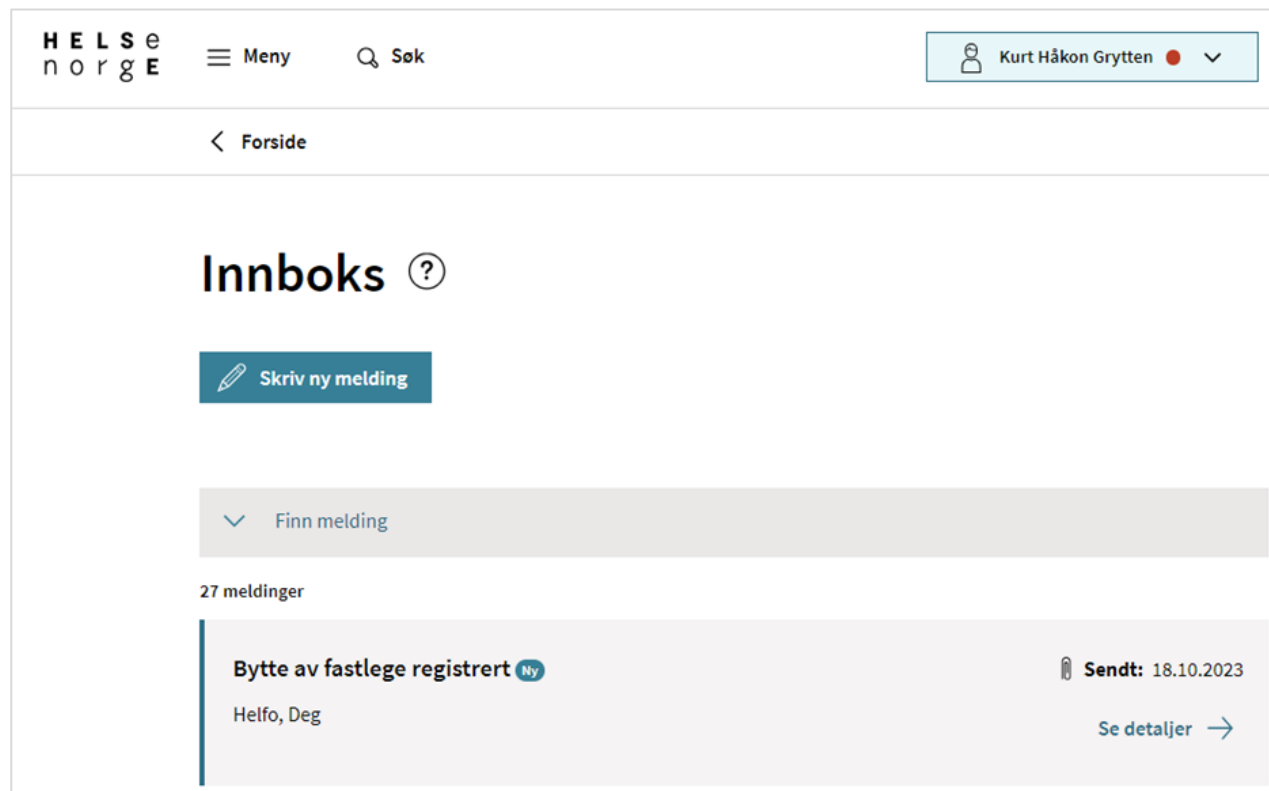


Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Digital bruker

Når du oppretter en bruker på Helsenorge, vil du i fremtiden **motta informasjon og meldinger digitalt** og ikke i posten (for de tjenestene som tilbys digitalt).

Det vil si at dersom en tjeneste som for eksempel timebestilling blir innført digitalt på det sykehuset du tilhører, vil du i fremtiden få timeinnkalling på Helsenorge og ikke som vanlig post.



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Oversikt når du er innlogget

Når du har logget inn, ser du oversikten over de tjenestene som er tilgjengelige. Oversikten kan være ulik fra bruker til bruker og kan endre seg etter hvert som tjenester utvikles og endres.

Ikke alle tjenestene du ser er tilgjengelige for deg. Det er **ulikt tilbud** avhengig av hvor i landet du bor, og hvilken behandler du går til.

Du kan lese mer om [tjenestene på Helsenorge](#).



Innboks

Meldinger og brev fra helsetjenesten.



Timeavtaler

Timer og avtaler med helsetjenesten.



Henvisninger

Henvisninger til sykehus eller spesialist.



Resepter

Resepter på medisiner og utstyr.



Prøvesvar

Svar på prøver og undersøkelser.



Helsekontakter

Behandlere og kontaktpersoner.



Pasientjournal

Journaldokumenter fra sykehus.



Vaksiner

Oversikt over registrerte vaksiner.



Pasientreiser

Se dine reiser og søk om dekning av utgifter.



Frikort og egenandeler

Registrerte egenandeler og frikortstatus.



Søk om Europeisk helsetrygdkort

Gjelder i EØS og Sveits.



Bytte fastlege

Finn og bytt fastlege, eller stå på venteliste.



Sykdom og kritisk info

Viktige opplysninger til helsepersonell.



Dokumenter

Egne dokumenter lagret på Helsenorge.



Donorkort

Digitalt donorkort for organdonasjon.



Verktøy

Apper, videoer og andre helseverktøy.



Velg behandlingssted

Ventetider og informasjon om behandlingssteder.



Kjernejournal

Opplysninger og bruk av kjernejournal.



Helseregistre

Opplysninger og bruk av helseregistre.



Forskning og screening

Helseundersøkelser og kliniske studier.

Hjelp til å bruke tjenestene

Du kan få hjelp til å bruke de ulike tjenestene ved å klikke på «Finn mer informasjon om ... på Helsenorge» og «Mer om tjenesten».

Dette gjelder de fleste innloggede tjenester.

[← Forside](#)

Helsekontakter

Helsekontakter viser informasjon om dine nåværende og tidligere fastleger og andre kontaktpersoner i helsetjenesten, inkludert helse og omsorgstilbudet i kommunen.



Om tjenesten

Under helsekontakter får du en oversikt over nåværende og tidligere fastleger, samt andre kontaktpersoner i helsevesenet, som for eksempel forløpskoordinatorer for kreft, helsesykepleiere eller jordmortjenesten. Du vil også se kontaktpersoner i helse og omsorgstilbudet i kommunen.

Du kan også selv legge inn flere helsekontakter i din kjernejournal.

Finn mer informasjon om helsekontakter på Helsenorge.

Mer om tjenesten

Samtykke



Fullmakt



På vegne av barn



Hemmeleg adresse



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Toppen av siden

På toppen av siden kan du se om du har fått noen meldinger digitalt fra helsetjenesten, og eventuelle varsler.

Øverst til høyre står navnet ditt. Dersom du klikker på det, vil du få en oversikt over **hvem du kan bruke Helsenorge på vegne av**, samt **Profil og innstillinger** og når du var innlogget sist.



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Bruke Helsenorge på vegne av...

Her har du oversikten over **hvem du kan bruke Helsenorge på vegne av**. Dette kan for eksempel være barna dine eller andre som har gitt deg fullmakt.

Mange har kun tilgang til å bruke Helsenorge på vegne av seg selv. Da vil det ikke stå noen andre navn der.

HELSE
n o r g e

Meny Søk Varsler

Kurt Håkon Grytten Logg ut

Hvem vil du bruke Helsenorge på vegne av?

Foreldre har begrenset tilgang til tjenester på vegne av barn mellom 12 og 16 år, og ingen tilgang etter fylte 16 år.
[Les mer om foreldrerepresentasjon](#)

✓ Kurt Håkon Grytten - deg selv

An	Anti Biotika (14 År) - du har foreldreansvar	1
Fa	Fakset Eresept (1 År) - du har foreldreansvar	1
Me	Mega Multidose (6 År) - du har foreldreansvar	

Profil og innstillinger

Du var sist innlogget 9. desember 2024 kl. 09:20

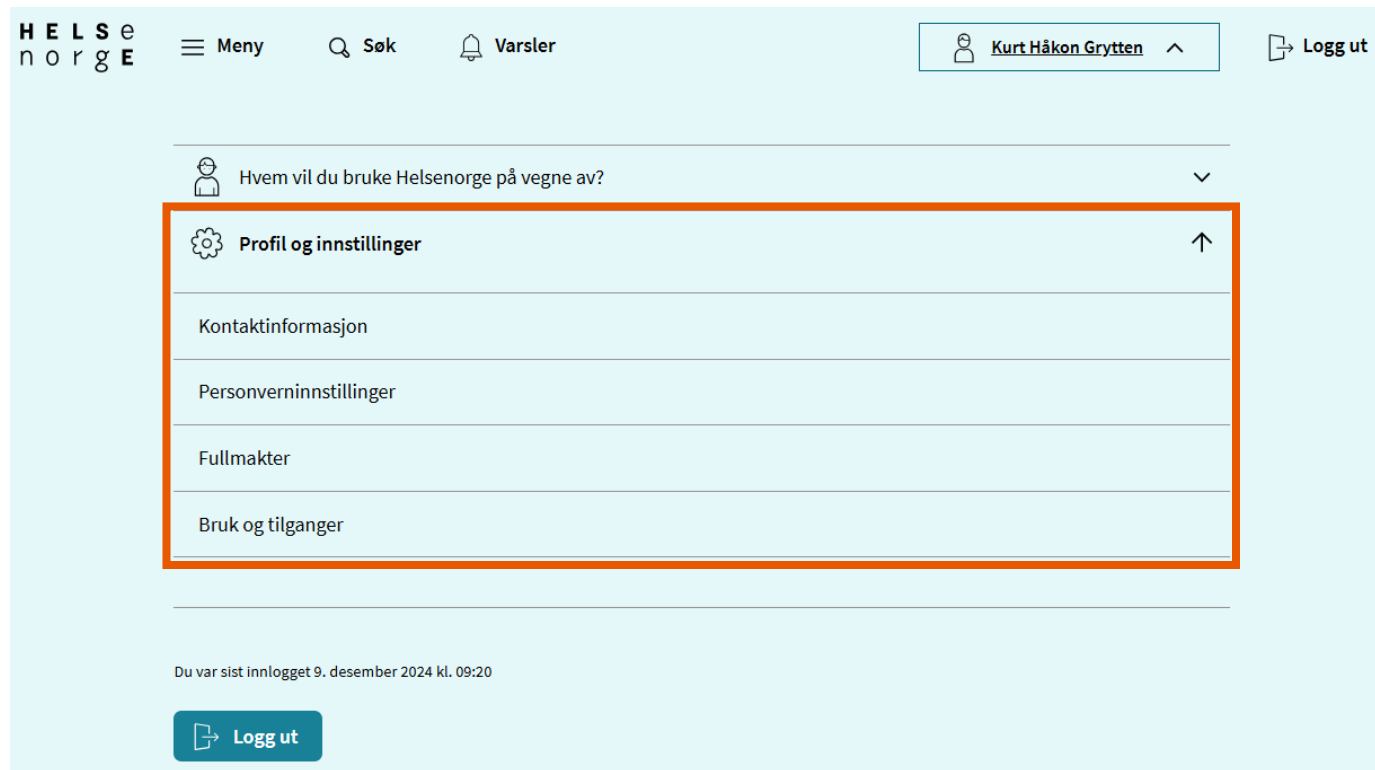
Logg ut

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger

Her har du mulighet til å se **Kontaktinformasjon**, **Personverninnstillinger**, **Fullmakter** og **Bruk og tilganger**.

Mange av disse opplysningene hentes fra ulike offentlige registre, som for eksempel Folkeregisteret og Kontakt- og reservasjonsregisteret.



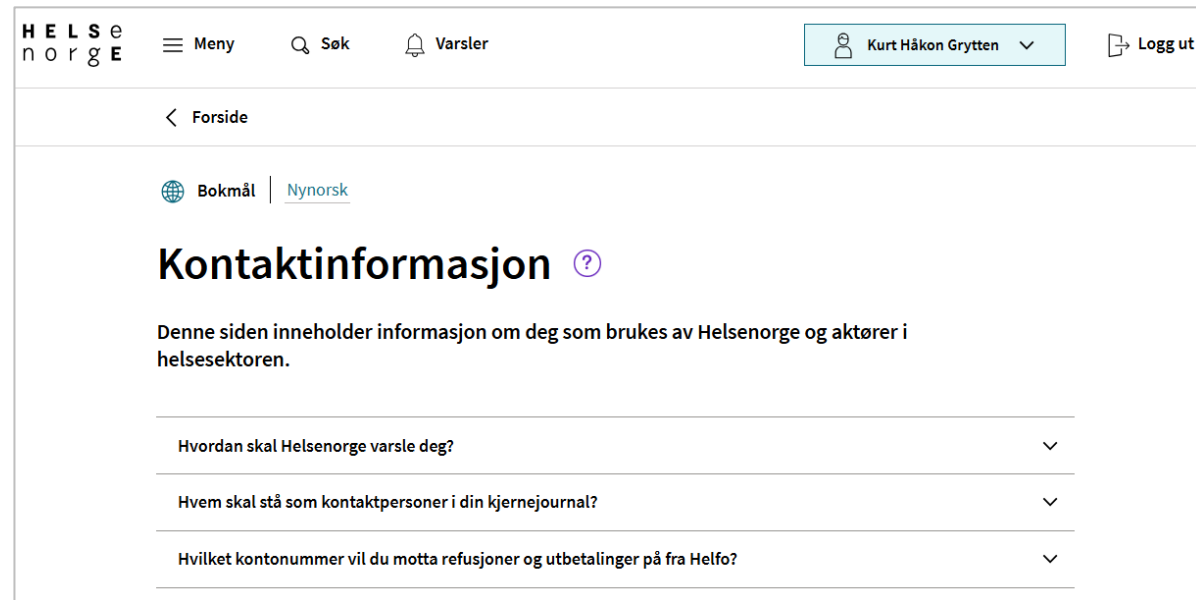
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Kontaktinformasjon

Her kan du se din kontaktinformasjon og andre personopplysninger.

Du kan også velge hvilke varsler du ønsker å motta, og hvordan du vil bli varslet (SMS og e-post). Hva du får varsel om kan også variere med hvilket samtykkenivå du har valgt.

Hvis du representerer andre på Helsenorge, vil du kunne velge varseloppsett også for disse. Du vil kun få varsler tilknyttet de tjenestene du har tilgang til.



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Personverninnstillinger

Et av valgene i din profil er **Hvordan vil du bruke Helsenorge?** Når du velger eller endrer samtykkenivå, velger du hvilke tjenester du ønsker å ha tilgang til.

Under **Tjenester og informasjon du og helsepersonell har tilgang til** kan du selv styre tilgangen til tjenestene.

Under **Forskning, screening og helseregistre** kan du endre tilgang til helseopplysninger tilknyttet forskning, screening og helseregistre.

Personverninnstillinger

Hvordan vil du bruke Helsenorge?

Du velger selv hvor mye av Helsenorge du ønsker å bruke. Du må samtykke til bruk av dine helseopplysninger. Du kan trekke samtykket tilbake om du ikke vil bruke Helsenorge lenger.

● Du har samtykket til Full

Endre innstillinger >

Tjenester og informasjon du og helsepersonell har tilgang til

Du kan selv styre egen bruk og hvem som kan kontakte deg på Helsenorge. Du kan også begrense helsepersonells tilgang til dine helseopplysninger.

● Du bruker standardinnstillinger

Endre innstillinger >

Forskning, screening og helseregistre

Du kan endre hvordan helsesektoren kan lagre og bruke enkelte av dine helseopplysninger.

● Du bruker standardinnstillinger

Endre innstillinger >

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Hvordan vil du bruke Helsenorge?

Du må **samtykke** til lagring og behandling av dine personopplysninger før du kan begynne å bruke tjenestene på Helsenorge.

Det er viktig at du først leser om vår behandling av personopplysninger, før du velger hvilket **samtykkenivå** du ønsker.

Du kan endre samtykkenivå under **Personverninnstillinger** → **Hvordan vil du bruke Helsenorge?**

Hvordan vil du bruke Helsenorge?

Valgene Full, Basis+ og Basis avgjør hvilke tjenester som er tilgjengelig for deg. Med Full får du tilgang til alle tjenestene på Helsenorge. [?](#)

Du har samtykket til **Full**

✓ [Vis innhold i Full](#)

	☒ Full	☐ Basis+	☐ Basis
Innsyn i helseregistre og prøvesvar for koronavirus	✓	✓	✓
Bytte fastlege	✓	✓	✓
Frikortstatus og egenandeler	✓	✓	✓
Administrere samtykker og reservasjoner	✓	✓	✓
Pasientjournal	✓	✓	○
Resepter og vaksiner	✓	○	○
Timeavtaler og henvisninger	✓	○	○
Pasientreiser	✓	○	○
Dialog med helsekontakter	✓	○	○
Prøvesvar	✓	○	○

Avbryt

Neste →

Trekk ditt samtykke til Helsenorge



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Personverninnstillinger: Tilgang til helseopplysninger

Under **Tjenester og informasjon du og helsepersonell har tilgang til** kan du selv styre din egen eller andres tilgang til tjenester og helseopplysninger på Helsenorge.

Personverninnstillinger

Hvordan vil du bruke Helsenorge?

Du velger selv hvor mye av Helsenorge du ønsker å bruke. Du må samtykke til bruk av dine helseopplysninger. Du kan trekke samtykket tilbake om du ikke vil bruke Helsenorge lenger.

☒ Du har samtykket til Full [Endre innstillinger >](#)

Tjenester og informasjon du og helsepersonell har tilgang til

Du kan selv styre egen bruk og hvem som kan kontakte deg på Helsenorge. Du kan også begrense helsepersonells tilgang til dine helseopplysninger.

☒ Du bruker standardinnstillinger [Endre innstillinger >](#)

Forskning, screening og helseregistre

Tjenester og informasjon du og helsepersonell har tilgang til

Du kan selv styre egen bruk og hvem som kan kontakte deg på Helsenorge. Du kan også begrense helsepersonells tilgang til dine helseopplysninger. Du kan ikke gjøre endringer for den som har gitt deg fullmakt.

Det kan ta inntil to dager før innstillingene dine trer i kraft. (?)

☒ Reseptformidleren [>](#)

☒ Kjernejournal [>](#)

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Fullmakt

Under **Fullmakter** får du oversikt over hvem som eventuelt har fullmakt fra deg og hvem du eventuelt har fullmakt fra.

Trykk på **Gi fullmakt for Helsenorge** dersom du ønsker å gi noen andre fullmakt til å bruke Helsenorge på vegne av deg. Du vil aldri kunne gi tilgang til mer enn du selv har tilgang til.

HELSE Norge Meny Søk Varsler Gry (Kith) Telokk Logg ut

< Forside

Fullmakter

Her kan du gi andre fullmakt til å bruke helsetjenester på vegne av deg. Du kan også se fullmakter du har fått fra andre.

Du må være over 16 år for å gi en fullmakt, og den som får fullmakten må være over 18 år.

Gi fullmakt for Helsenorge

Hvem har fullmakt fra deg?

Me	Mette Aune Fødselsnummer 011076 *****	Fullmakt til å bruke tjenester på Helsenorge Gyldig til: Ubegrenset Les mer
-----------	---	---

[Historikk](#)

Hvem har du fullmakt fra?

Ro	Roland Gundersen Fødselsnummer 150765 *****	Fullmakt til å bruke tjenester på Helsenorge Gyldig til: Ubegrenset Les mer
-----------	---	---

[Historikk](#)

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Bruk og tilganger

Under **Bruk og tilganger** kan du se Logg over bruk, Aktive innlogginger og Tillatelser.

Logg over bruk viser din egen bruk av tjenestene på Helsenorge. Hvis du har gitt fullmakt til at noen andre kan se dine helseopplysninger, vises også deres bruk her.

Aktive innlogginger viser steder hvor du er logget inn med din Helsenorge-bruker.

HELSE
n o r g e

Meny

Søk

Varsler

Kurt Håkon Grytten

Logg ut

< Forside

Logg over bruk

Aktive innlogginger

Tillatelser

Her ser du oversikt over din bruk av Helsenorge. Hvis andre har tilgang til tjenester på dine vegne gjennom foreldreansvar eller [fullmakt](#), vises deres bruk også. Du kan styre din egen og andres tilgang til dine tjenester og helseopplysninger under [Personverninnstillinger](#).

Finn logginnslag

1256 logginnslag

Når	Hvem	Hva	Hvor
09.12.2024	Kurt Håkon Grytten (egen bruk)	Helsetilbud	Helsenorge
09.12.2024	Kurt Håkon Grytten (egen bruk)	Fastlegetjenester	Helsenorge
09.12.2024	Kurt Håkon Grytten (egen bruk)	Fastlegevisning	Helsenorge
09.12.2024	Kurt Håkon Grytten (egen bruk)	Profil og innstillinger	Helsenorge
06.12.2024	Kurt Håkon Grytten (egen bruk)	Innboks	Helsenorge

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Digitale helsetjenester

Når du er innlogget, har du tilgang til mange digitale helsetjenester.

Noen av tjenestene som er mest brukt er **Resepter** og **Vaksiner**. Du kan også se informasjon om **Frikort og egenandeler**, **Bytte fastlege**, opprette **Donorkort** og søke om refusjon fra **Pasientreiser**.



Innboks

Meldinger og brev fra helsetjenesten.



Timeavtaler

Timer og avtaler med helsetjenesten.



Henvisninger

Henvisninger til sykehus eller spesialist.



Resepter

Resepter på medisiner og utstyr.



Prøvesvar

Svar på prøver og undersøkelser.



Helsekontakter

Behandlere og kontaktpersoner.



Pasientjournal

Journaldokumenter fra sykehus.



Vaksiner

Oversikt over registrerte vaksiner.



Pasientreiser

Se dine reiser og søk om dekning av utgifter.



Frikort og egenandeler

Registrerte egenandeler og frikortstatus.



Søk om Europeisk helsetrygdkort

Gjelder i EØS og Sveits.



Bytte fastlege

Finn og bytt fastlege, eller stå på venteliste.



Sykdom og kritisk info

Viktige opplysninger til helsepersonell.



Dokumenter

Egne dokumenter lagret på Helsenorge.



Donorkort

Digitalt donorkort for organdonasjon.



Verktøy

Apper, videoer og andre helseverktøy.



Velg behandlingssted

Ventetider og informasjon om behandlingssteder.



Kjernejournal

Opplysninger og bruk av kjernejournal.



Helseregistre

Opplysninger og bruk av helseregistre.



Forskning og screening

Helseundersøkelser og kliniske studier.

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Helsenorge - Oppsummering

Husk at det er trygt for deg å bruke tjenestene på Helsenorge.

Dersom du har spørsmål eller trenger hjelp med å finne frem på Helsenorge, kan du ringe **Veiledning Helsenorge på 23 32 70 00.**

Ikke alle tjenestene er tilgjengelig for alle. Her kan du lese mer om hvilke tjenester som er tilgjengelige: [Tjenestene på Helsenorge](#)

Lykke til med å få oversikten over din egen helse på nett!