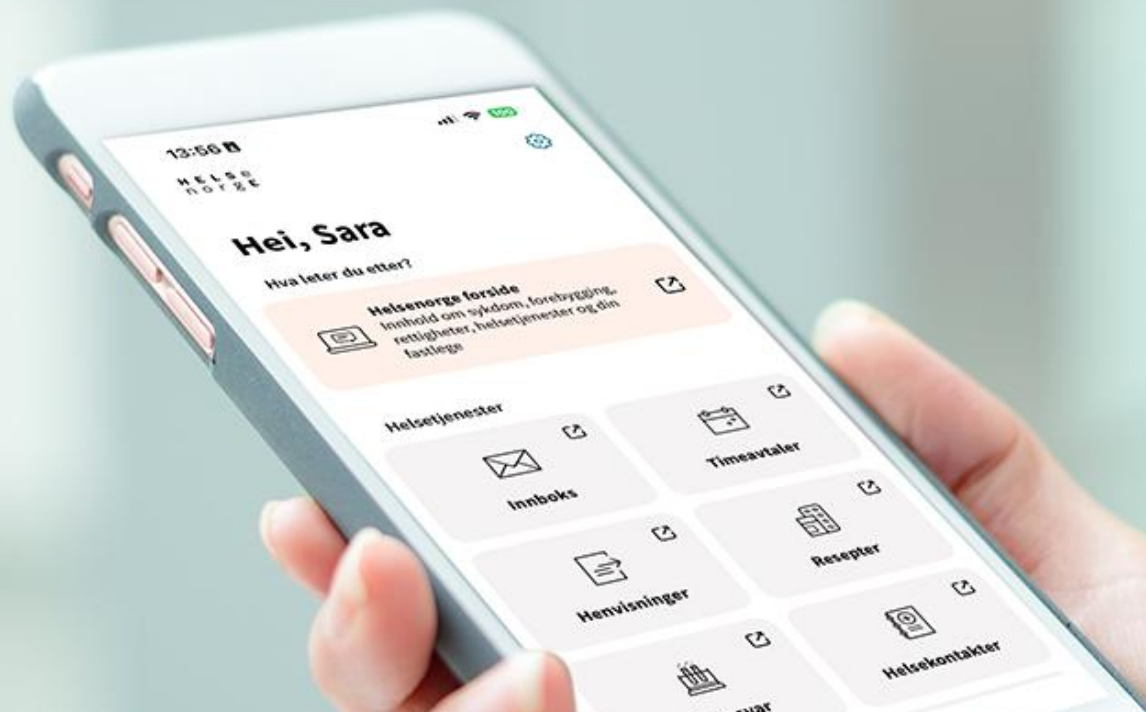




Slik ser Helsenorge ut for innbyggjer
Sist oppdatert: 16.12.2025

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 helsetjenester.

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

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

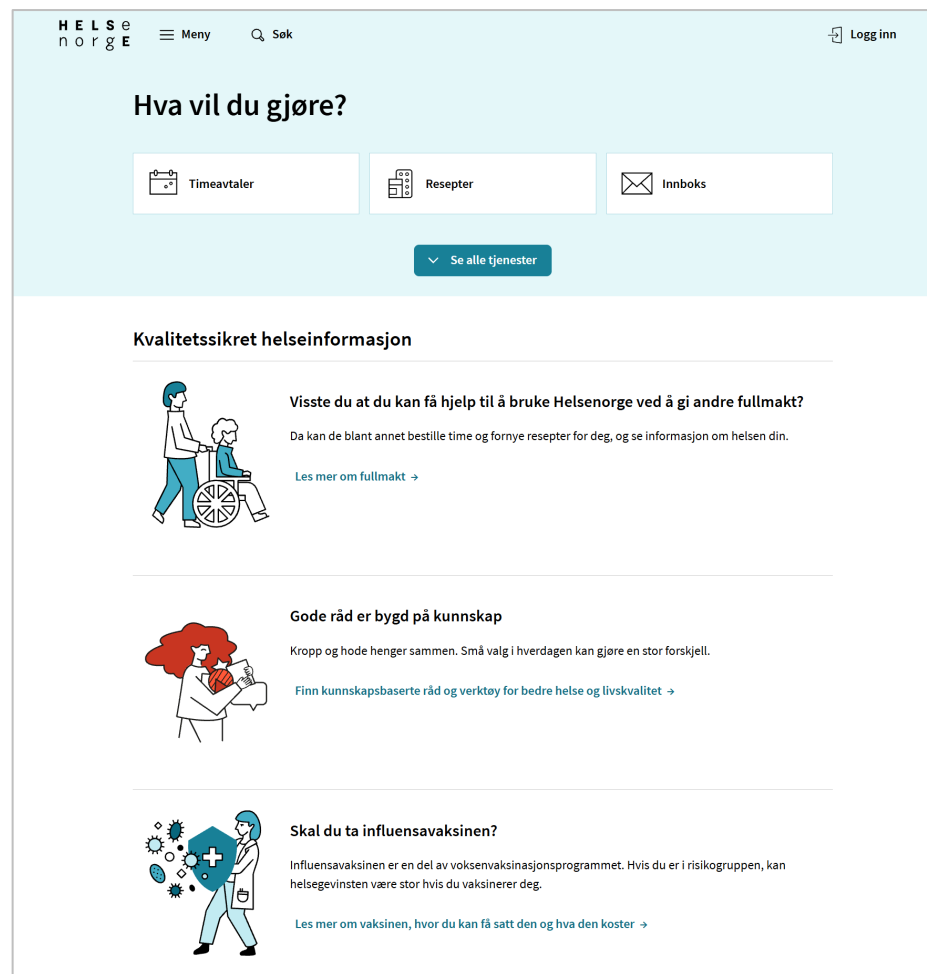
Én vei inn til sikre digitale helsetjenester

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.

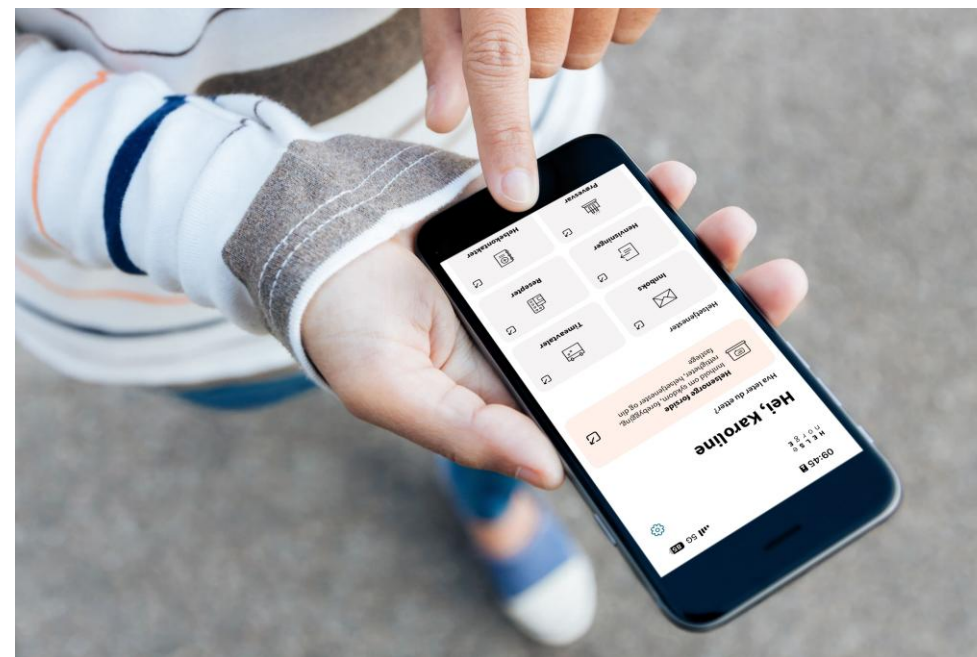
Helsenorge kan benyttes på mobil, pc og nettbrett.

I 2025 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

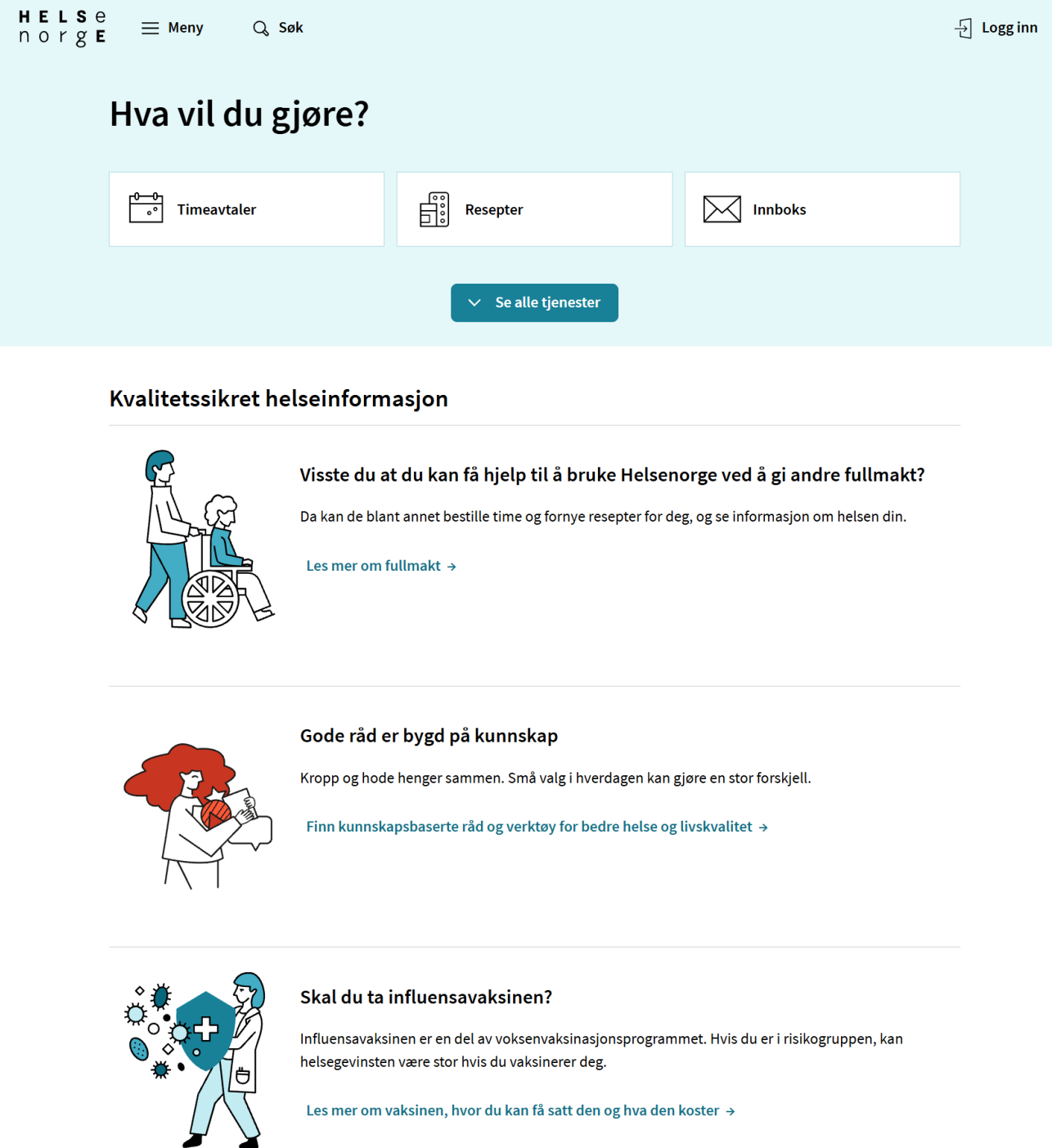
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

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.

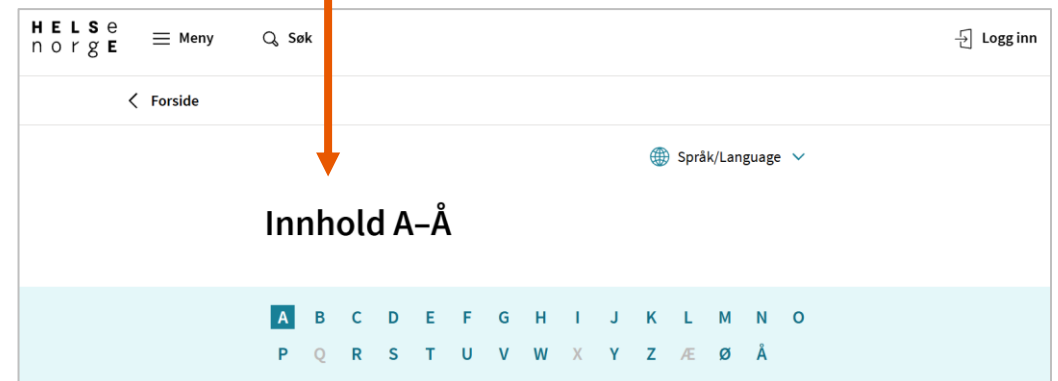
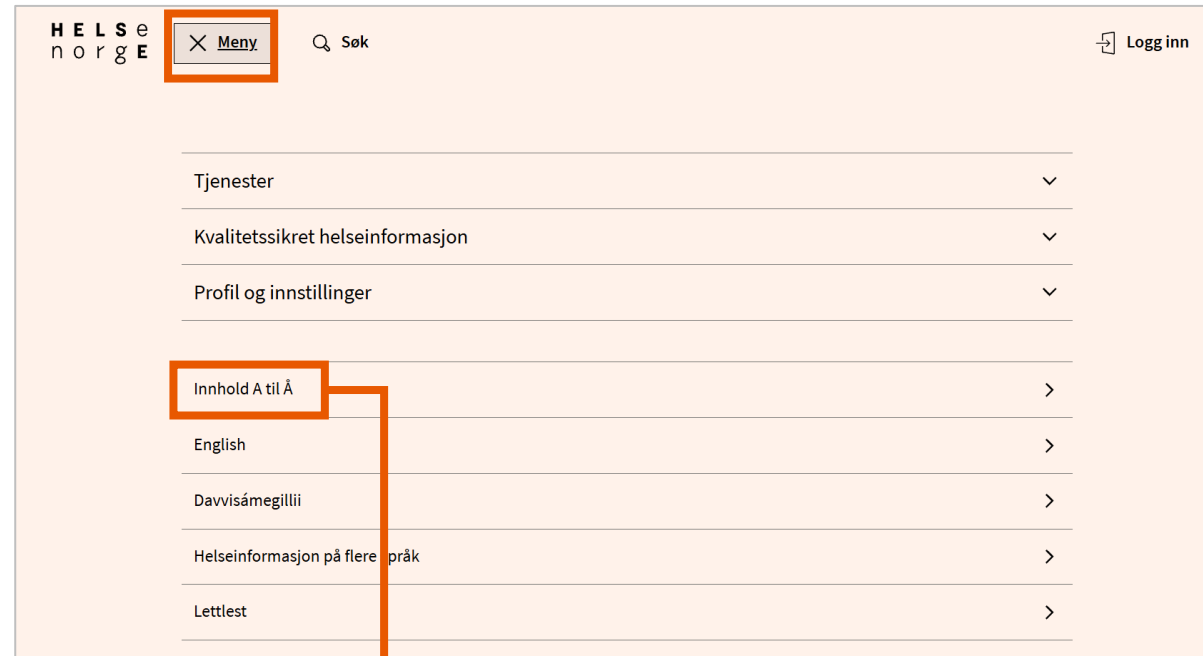


Slik ser Helsenorge ut for innbygger

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.

Helse Norge Meny Søk Logg inn

< 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 e på hvordan du bruker inhalatoren, kan du få hjelp på apote

Bruker du astma- eller allergimedi

Logg inn for å fornye resepter

Om Giftinformasjonen

- Om Giftinformasjonen
- Kontaktinformasjon
- Giftinformasjonen tar opp samtalene
- Vårt hovedmål og hvordan vi jobber
- For produsenter og importører

Innholdet er levert av [Giftinformasjonen](#)

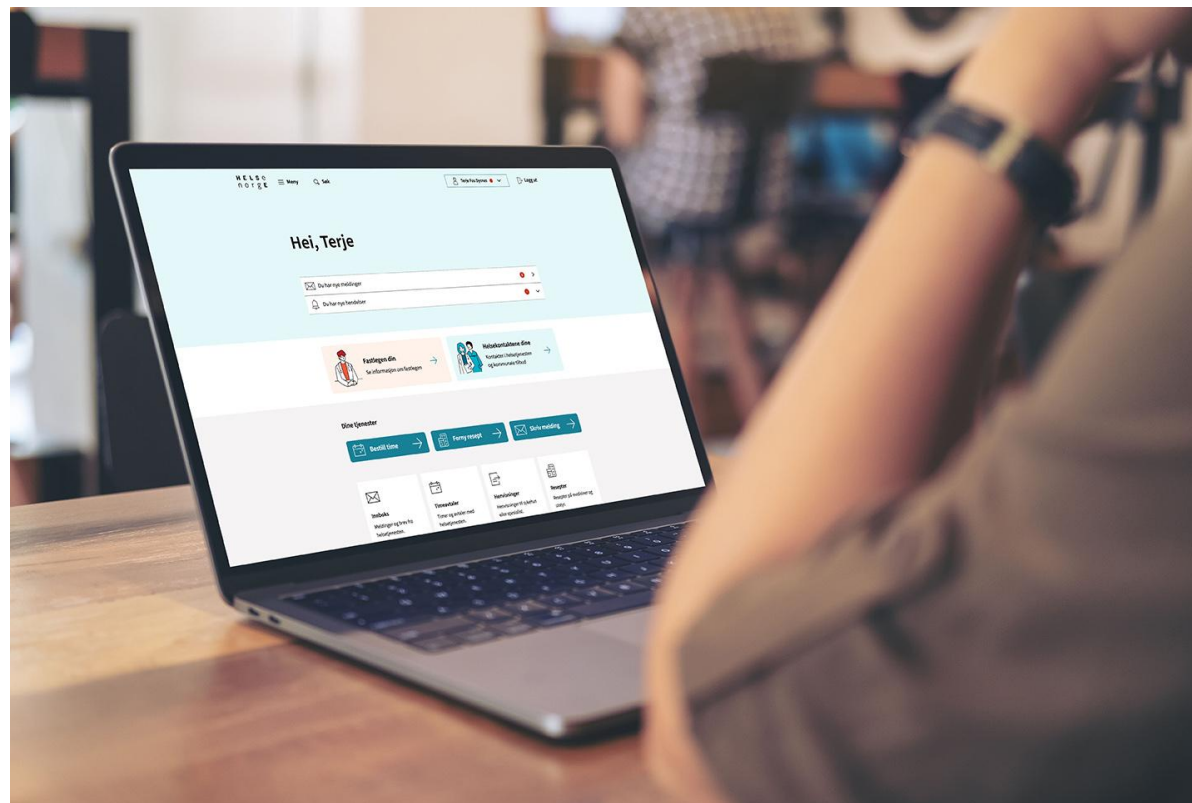
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

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.



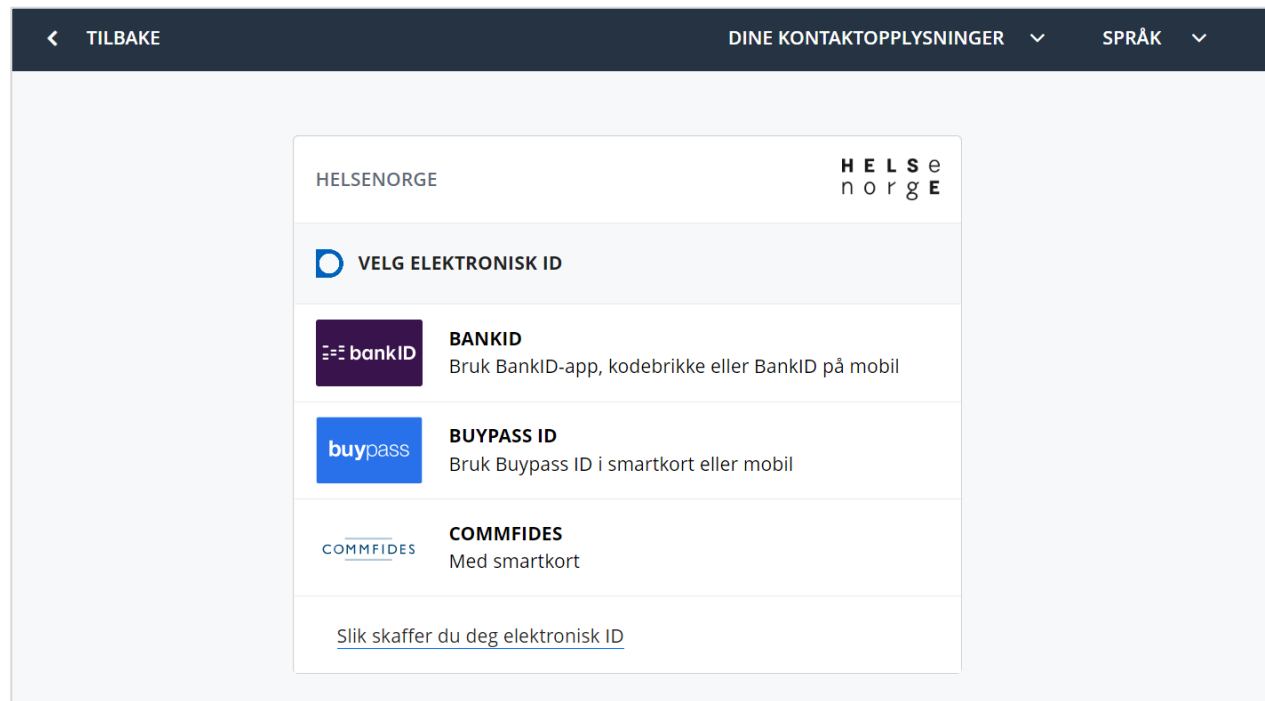
Illustrasjon: Helsenorge / Mostphotos

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 helsetjenestene på Helsenorge. Dersom du er mellom 13 og 16 år, kan du bruke noen tjenester med [foreldresamtykke](#).



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.

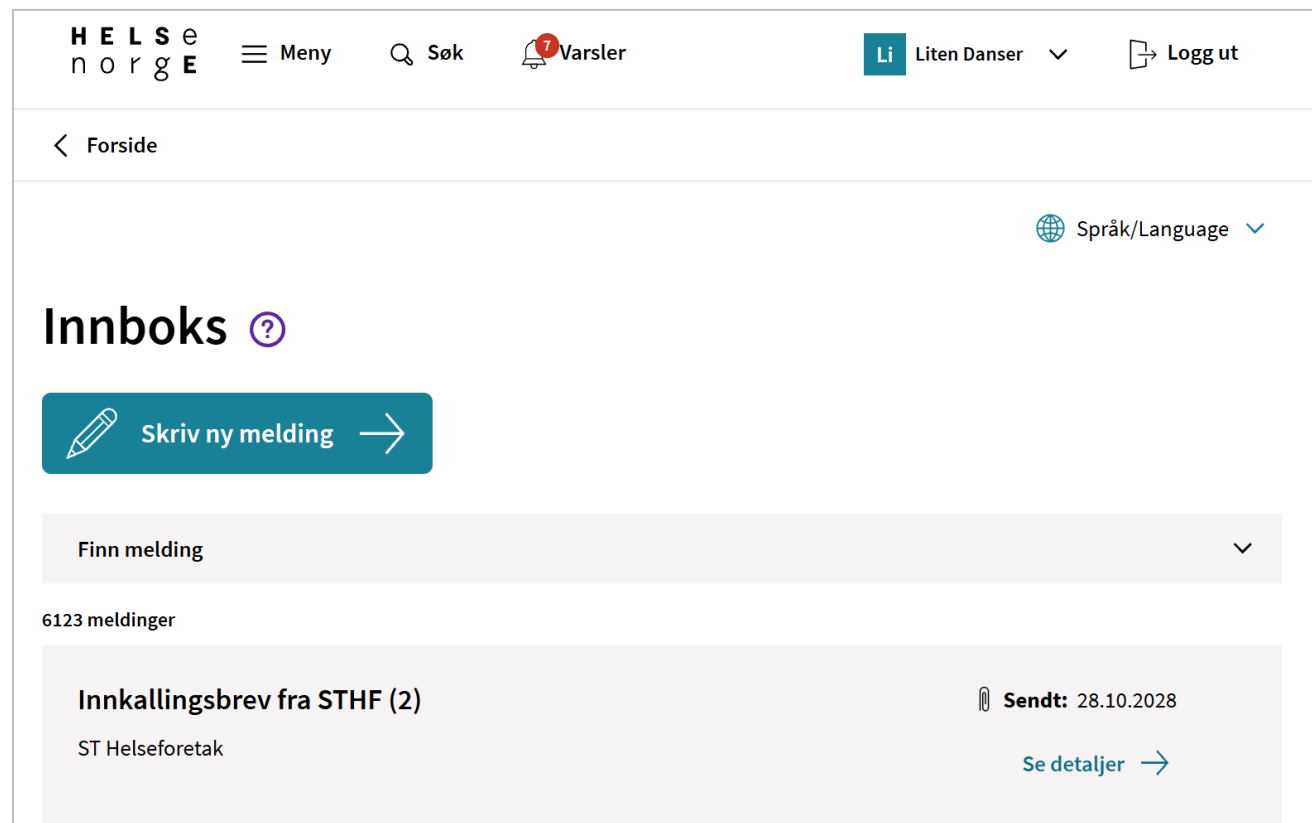


Slik ser Helsenorge ut for innbygger

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.



Skjermbilde fra Helsenorge sitt testmiljø

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](#).

Oppfølging i helsetjenesten

 Innboks Meldinger og brev fra helsetjenesten.	 Timeavtaler Timer og avtaler med helsetjenesten.	 Småbarnsliv Barnets utvikling de to første leveårene.	 Henvisninger Henvisninger til sykehus eller spesialist.
 Pasientjournal Journaldokumenter fra sykehus.	 Helseopplysninger som deles Se helseopplysninger om deg, sjekk logg over bruk eller begrens tilgang.	 Bytte fastlege Finn og bytt fastlege, eller stå på venteliste.	 Velg behandlingssted Ventetider og informasjon om behandlingssteder.
 Forskning og screening Helseundersøkelser og kliniske studier.	 Helsekontakter Behandlere og kontaktpersoner.		

Oversikter

 Resepter Resepter på medisiner og utstyr.	 Vaksiner Oversikt over registrerte vaksiner.	 Prøvesvar Svar på prøver og undersøkelser.	 Sykdom og kritisk info Viktige opplysninger til helsepersonell.
 Donorkort Digitalt donorkort for organdonasjon.	 Dokumenter Egne dokumenter lagret på Helsenorge.	 Verktøy Apper, videoer og andre helseverktøy.	

Søknad og refusjon

 Frikort og egenandeler Registrerte egenandeler og frikortstatus.	 Pasientreiser Se dine reiser og søk om dekning av utgifter.	 Søk om Europeisk helsetrygdkort Gjelder i EØS og Sveits.	 Søk Helfo om refusjon Søk om refusjon eller endre kontonummer
---	--	---	--

Kvalitet og styring

 Helseregistre Opplysninger og bruk av helseregistre.	 Meld bivirkninger Si fra om bivirkninger på legemidler og vaksiner.	 Varsle om alvorlig hendelse Meld fra om alvorlige hendelser i helsetjenesten.
---	--	--

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

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.

HELSE
norge

Meny

Søk

Logg inn

Forside

Språk/Language

Helsekontakter

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

Logg inn for å se dine helsekontakter

Om tjenesten

Under Helsekontakter får du en oversikt over nåværende og tidligere fastleger, samt andre kontaktpersoner i helsevesenet og kommunen.

Du kan også selv legge inn flere helsekontakter.

[Finn mer informasjon om Helsekontakter på Helsenorge.](#)

Mer om tjenesten

Samtykke	▼
Fullmakt	▼
På vegne av barn	▼
Hemmelig adresse	▼

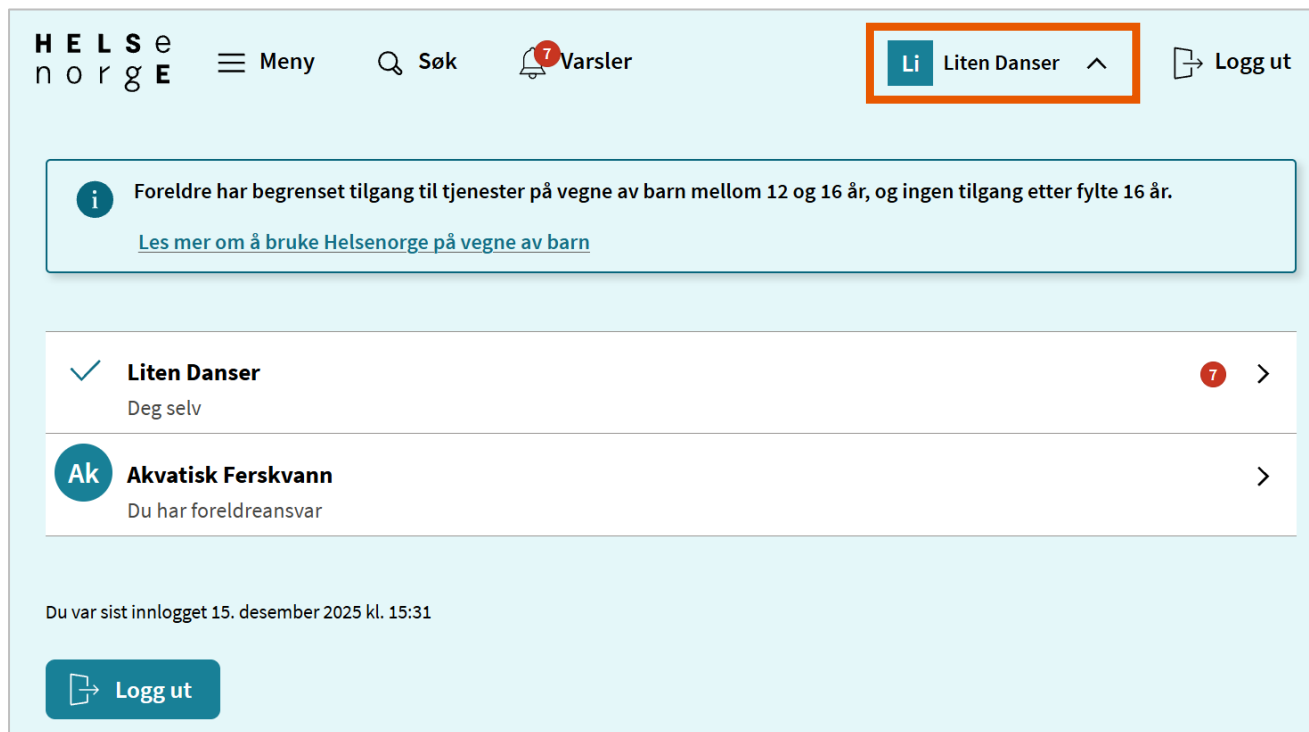
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Toppen av siden

På toppen av siden kan du se om du har fått noen varsler fra Helsenorge.

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**. 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.

Skjermbilder fra Helsenorge sitt testmiljø

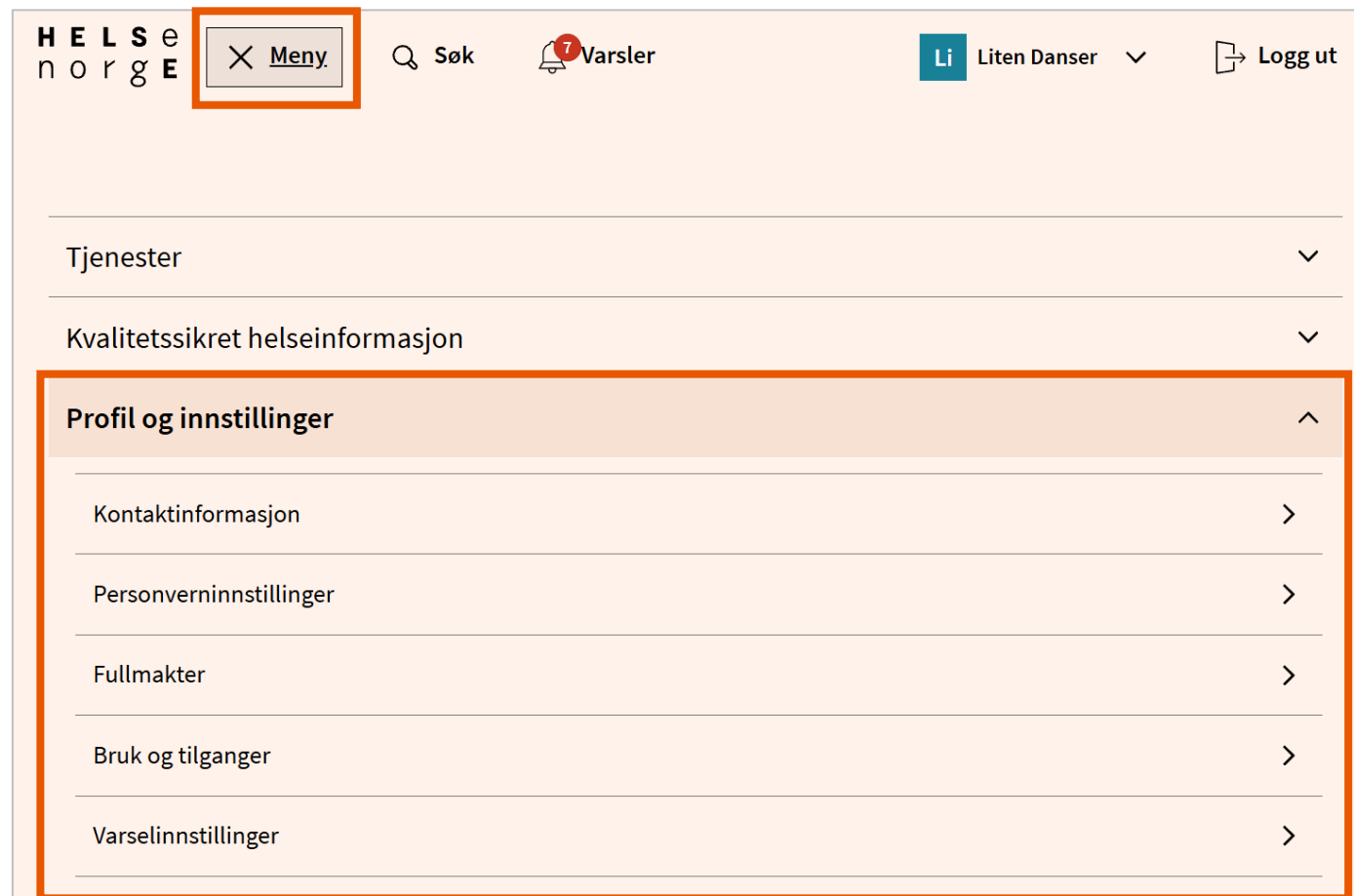


Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger

Øverst mot venstre finner du Meny og herunder Profil og innstillinger. Der har du mulighet til å se **Kontaktinformasjon, Personverninnstillinger, Fullmakter, Bruk og tilganger og Varselinnstillinger.**

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



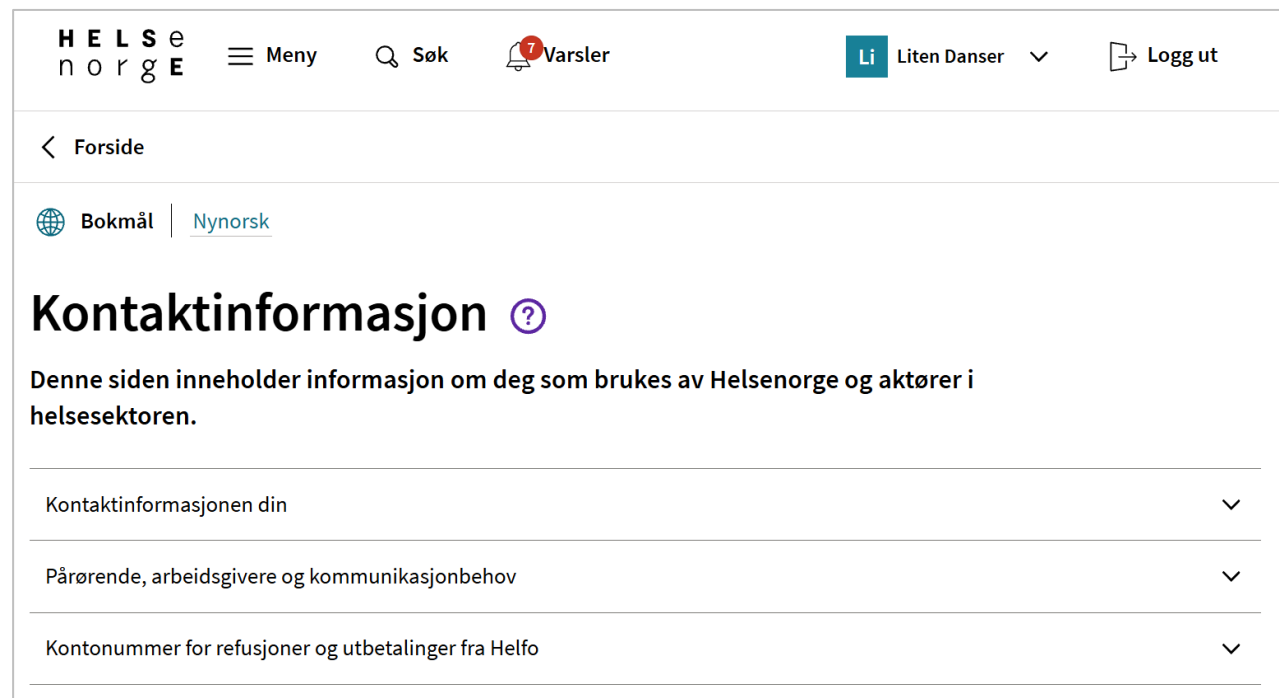
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Kontaktinformasjon

Her kan du se din **kontaktinformasjon**.

Du kan også registrere informasjon om **pårørende, arbeidsgiver** og utfordringer med språk, hørsel, tale eller syn.

I tillegg har du mulighet til å registrere **kontonummer**, som vil bli brukt for alle refusjoner og utbetalinger fra Helfo, inkludert frikort-utbetalinger.



Skjerm bilde fra Helsenorge sitt testmiljø

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Varselinnstillinger

Her kan du se innstillingene dine for **varsler** fra Helsenorge.

Du kan velge hvordan du vil bli varslet (**pushvarsel, SMS eller e-post**), og hvor ofte du ønsker å bli varslet.

Hvis du har fått fullmakt fra andre til å bruke Helsenorge, vil du her kunne velge om du vil ha varsler også for disse. Du vil kun få varsler tilknyttet de tjenestene du har tilgang til.

H E L S e
n o r g e

Meny

Søk

Varsler

Li

Liten Danser

Logg ut

< Forside

Språk/Language

Varselinnstillinger

Her velger du hvordan du vil bli varslet når du mottar meldinger på Helsenorge. Du vil bare få varsler på de tjenestene du har tilgang til. Varsler på sms og e-post sendes mellom klokken 07:00-23:00. Varsler i app sendes hele døgnet.

Hvordan vil du motta varsler?

Du har ikke aktivert pushvarsler i Helsenorge-appen.
For å få varsler direkte på mobilen, må du installere [Helsenorge-appen](#) og slå på pushvarsler i appen.

Som standard får du varsler via Helsenorge-appen. Hvis du ikke har appen, eller varslene ikke når frem, kan du velge en alternativ varslingsmåte:

☐ Sms: +46790965576

☒ E-post: detteerikkeenmailsomfinnes@nhn.no

☐ Både på sms og e-post

Vil du endre e-post, mobilnummer eller språk, må du gå til [kontakt- og reservasjonsregisteret](#).

Hvor ofte vil du bli varslet?

☒ Så få varsler som mulig
Du får kun varsel om hendelser knyttet til behandling og oppfølging av din helse, for eksempel timeavtaler, meldinger fra helsepersonell, og vedtak og informasjon du bør følge opp.

☐ Standardvarsling
Du får varsel om hendelser knyttet til behandling og oppfølging av din helse, for eksempel timeavtaler, meldinger fra helsepersonell, og vedtak og informasjon du bør følge opp. Du får også varsel når du får svar på henvendelser du har foretatt, for eksempel fornyelse av resept og innsyn i helseregistre.

☐ Så mange varsler som mulig
I tillegg til standardvarsling får du varsel om bekreftelser og kvitteringer du mottar. Du blir også varslet om utførte hjemmebesøk fra Helse- og omsorgstjenesten.

Varsler for personer du representerer

Du kan få varsler fra de tjenestene du har fått tilgang til for de personene du kan representere på Helsenorge.

Du får alltid varsler for barna dine som er under 16 år.

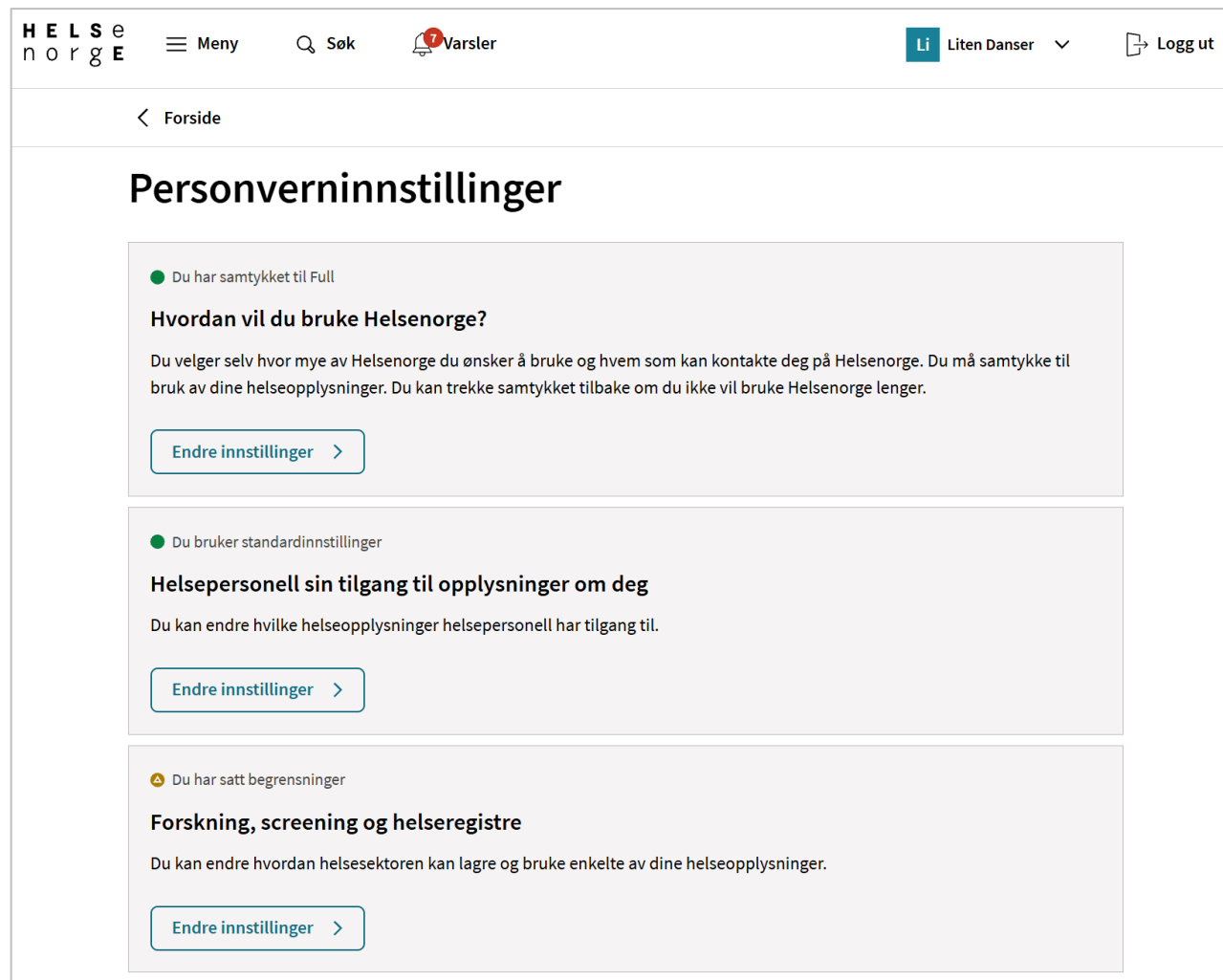
Slik ser Helsenorge ut for innbygger

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 **Helsepersonell sin tilgang til opplysninger om deg** kan du selv styre tilgangen til helseopplysningene dine.

Under **Forskning, screening og helseregistre** kan du endre hvordan helsesektoren kan lagre og bruke enkelte av helseopplysningene dine.



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 Helsenorges behandling av personopplysninger, før du velger hvilket **samtykkenivå** du ønsker.

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

Skjermbilde fra Helsenorge sitt testmiljø

The screenshot shows the 'Helsenorge' web interface. At the top, there's a navigation bar with the logo, a menu icon, a search bar, a notification bell with '7 Varsler', and user information 'Liten Danser' with a dropdown arrow and a 'Logg ut' button. Below the navigation bar, the page title is 'Hvordan vil du bruke Helsenorge?'. There are language options: 'Bokmål', 'Nynorsk', and 'English'. A progress bar is visible. The main heading is 'Hvordan vil du bruke Helsenorge?'. Below it, text explains that users can choose between 'Full', 'Basis+', and 'Basis' service levels. It states that 'Full' provides access to all services. A green checkmark indicates that the user has consented to the 'Full' level. A link 'Vis innhold i Full' is provided. A table allows users to select their preferred service level for various features. The 'Full' column is highlighted with a green background and contains green checkmarks for all features. The 'Basis+' and 'Basis' columns have radio buttons, some of which are selected. At the bottom, there are 'Avbryt' and 'Neste →' buttons. A footer bar says 'Trekk samtykket ditt til Helsenorge' with a dropdown arrow.

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

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Personverninnstillinger: Tilgang til helseopplysninger

Under **Helsepersonell sin tilgang til opplysninger om deg** kan du selv styre helsepersonells tilgang til dine helseopplysninger.

Skjermbilder fra Helsenorge sitt testmiljø



Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Profil og innstillinger → Bruk og tilganger

Skjerm bilde fra Helsenorge sitt testmiljø

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
norge

Meny

Søk

Varsler

Li Liten Danser

Logg ut

Forside

Bokmål | Nynorsk

Bruk og tilganger

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

1620 logginnslag

Når	Hvem	Hva	Hvor
16.12.2025	Liten Danser	Legemidler	Helsenorge
16.12.2025	Liten Danser	Pasientjournal	Helsenorge
16.12.2025	Liten Danser	Helsekontakter	Helsenorge
16.12.2025	Liten Danser	Dokumenter	Helsenorge
16.12.2025	Liten Danser	Bytte fastlege	Helsenorge

Slik ser Helsenorge ut for innbygger

Digitale helsetjenester

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

Tjenestene som er mest brukt er:

1. Innboks
2. Timeavtaler
3. Resepter

Du kan også se journaldokumenter i **Pasientjournal**, se informasjon om **Frikort og egenandeler**, se **Henvisninger**, **Bytte fastlege**, søke om refusjon fra **Pasientreiser** og mye mer.

Oppfølging i helsetjenesten

 Innboks Meldinger og brev fra helsetjenesten.	 Timeavtaler Timer og avtaler med helsetjenesten.	 Småbarnsliv Barnets utvikling de to første leveårene.	 Henvisninger Henvisninger til sykehus eller spesialist.
 Pasientjournal Journaldokumenter fra sykehus.	 Helseopplysninger som deles Se helseopplysninger om deg, sjekk logg over bruk eller begrens tilgang.	 Bytte fastlege Finn og bytt fastlege, eller stå på venteliste.	 Velg behandlingssted Ventetider og informasjon om behandlingssteder.
 Forskning og screening Helseundersøkelser og kliniske studier.	 Helsekontakter Behandlere og kontaktpersoner.		

Oversikter

 Resepter Resepter på medisiner og utstyr.	 Vaksiner Oversikt over registrerte vaksiner.	 Prøvesvar Svar på prøver og undersøkelser.	 Sykdom og kritisk info Viktige opplysninger til helsepersonell.
 Donorkort Digitalt donorkort for organdonasjon.	 Dokumenter Egne dokumenter lagret på Helsenorge.	 Verktøy Apper, videoer og andre helseverktøy.	

Søknad og refusjon

 Frikort og egenandeler Registrerte egenandeler og frikortstatus.	 Pasientreiser Se dine reiser og søk om dekning av utgifter.	 Søk om Europeisk helsestrygd kort Gjelder i EØS og Sveits.	 Søk Helfo om refusjon Søk om refusjon eller endre kontonummer
---	--	---	--

Kvalitet og styring

 Helseregistre Opplysninger og bruk av helseregistre.	 Meld bivirkninger Si fra om bivirkninger på legemidler og vaksiner.	 Varsle om alvorlig hendelse Meld fra om alvorlige hendelser i helsetjenesten.
---	--	--

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!