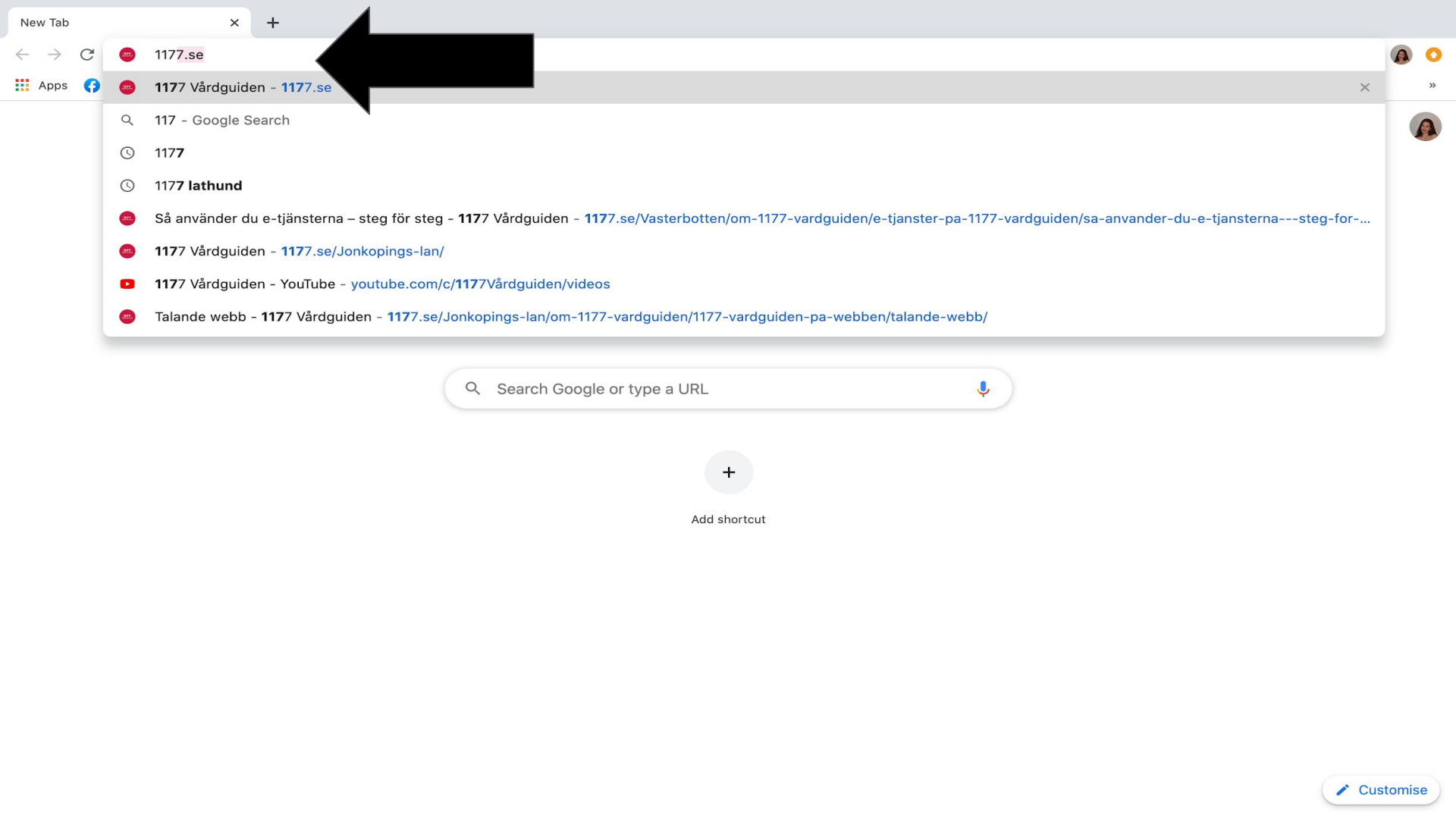




New Tab

× +



1177.se

1177 Vårdguiden - 1177.se



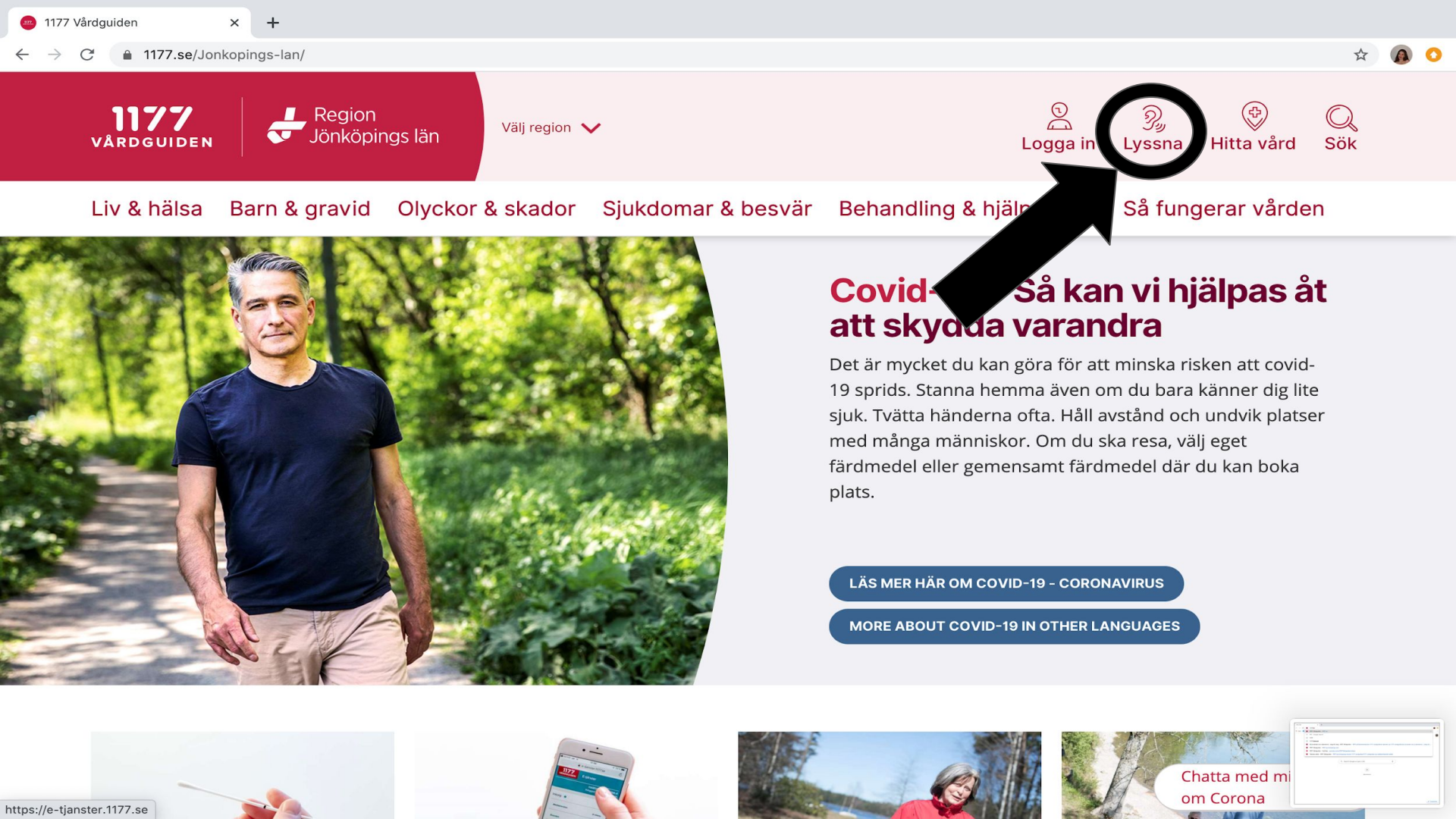
- 117 - Google Search
- 1177
- 1177 lathund
- Så använder du e-tjänsterna – steg för steg - 1177 Vårdguiden - 1177.se/Vasterbotten/om-1177-varldguiden/e-tjanster-pa-1177-varldguiden/sa-anvander-du-e-tjansterna---steg-for-...
- 1177 Vårdguiden - 1177.se/Jonkopings-lan/
- 1177 Vårdguiden - YouTube - youtube.com/c/1177Vardguiden/videos
- Talande webb - 1177 Vårdguiden - 1177.se/Jonkopings-lan/om-1177-varldguiden/1177-varldguiden-pa-webben/talande-webb/

Search Google or type a URL



Add shortcut

Customise



1177 Vårdguiden

1177.se/Jonkopings-lan/

☆

Vi använder Talande webb.  
Det är ett hjälpmedel för uppläsning av text. [Läs mer här.](#)

→

AKTIVERA TALANDE WEBB

1177  
VÅRDGUIDEN

Region  
Jönköpings län

Välj region ▾

Logga in

Lyssna

Hitta vård

Sök

Liv & hälsa

Barn & gravid

Olyckor & skador

Sjukdomar & besvär

Behandling & hjälpmedel

Så fungerar vården



## Covid-19 – Så kan vi hjälpas åt att skydda varandra

Det är mycket du kan göra för att minska risken att covid-19 sprids. Stanna hemma även om du bara känner dig lite sjuk. Tvätta händerna ofta. Håll avstånd och undvik platser med många människor. Om du ska resa, välj eget färdmedel eller gemensamt färdmedel där du kan boka plats.

LÄS MER HÄR OM COVID-19 - CORONAVIRUS

MORE ABOUT COVID-19 IN OTHER LANGUAGES

Chatta med mig om Corona



Vi använder Talande webb.

Det är ett hjälpmedel för uppläsning av text. [Läs mer här.](#)



**1177**  
VÅRDGUIDEN

 Region  
Jönköpings län

Välj region ▼

  
Logga in

  
Lyssna

  
Hitta vård

  
Sök

[Liv & hälsa](#)

[Barn & gravid](#)

[Olyckor & skador](#)

[Sjukdomar & besvär](#)

[Behandling & hjälpmedel](#)

[Så fungerar vården](#)



## Covid-19 - Så kan vi hjälpas åt att skydda varandra

Det är mycket du kan göra för att minska risken att covid-19 sprids. Stanna hemma även om du bara känner dig lite sjuk. Tvätta händerna ofta. Håll avstånd och undvik platser med många människor. Om du ska resa, välj eget färdmedel eller gemensamt färdmedel där du kan boka plats.

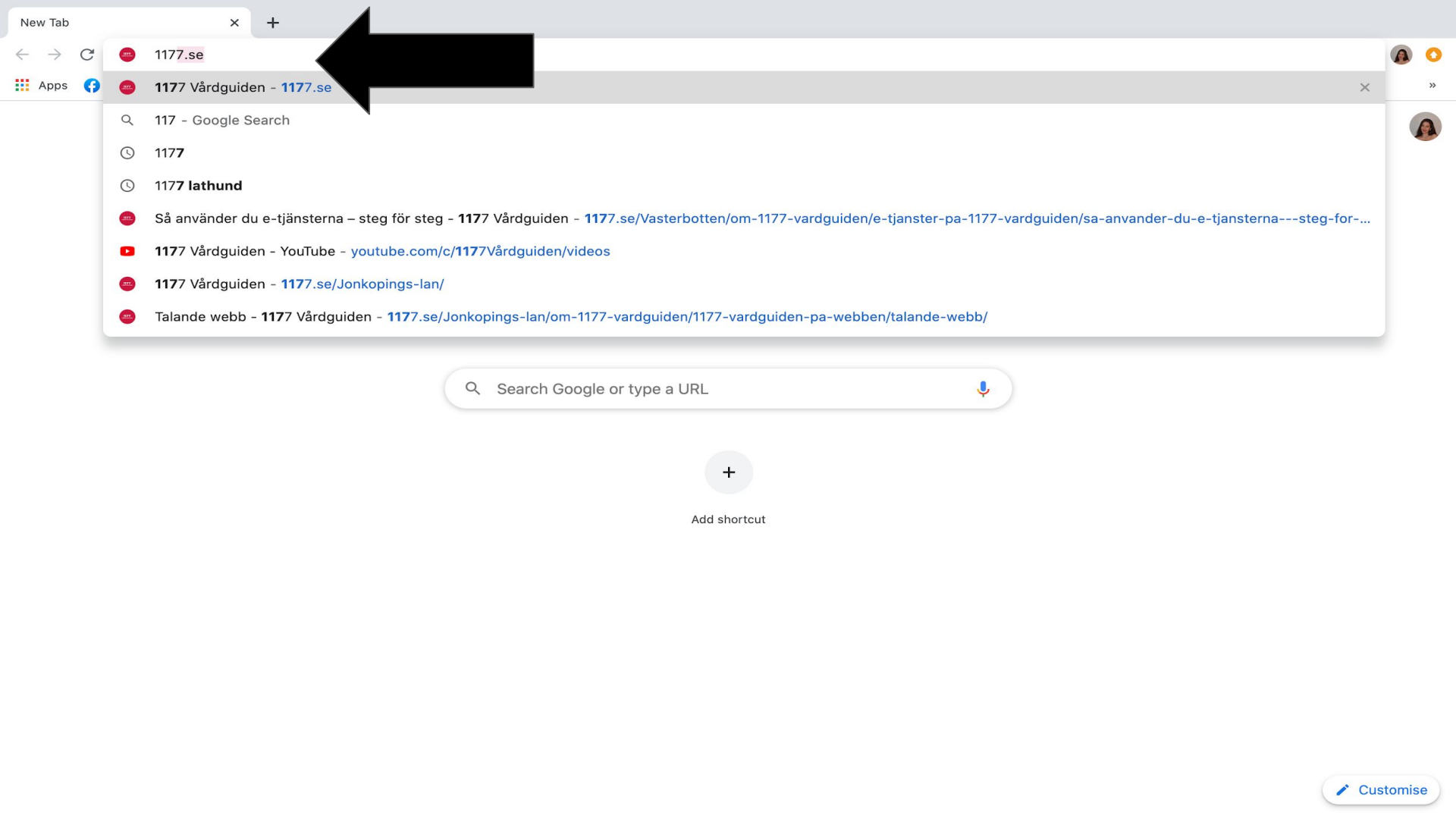
[LÄS MER HÄR OM COVID-19 - CORONAVIRUS](#)

[MORE ABOUT COVID-19 IN OTHER LANGUAGES](#)

Chatta med mig  
om Corona



ELLER









### Få in rörelse i vardagen

En kort promenad eller att du rör på dig hemma kan göra att du mår och sover bättre. Här får du råd om hur du kan få in mer rörelse i vardagen.



### Så kan du bli rökfri

Det är aldrig för sent att sluta röka. Din kropp börjar återhämta sig nästan direkt när du gör ett rökstopp. Genom att sluta röka minskar risken att bli sjuk.



### Till dig som är orolig

Många känner oro just nu på grund av coronaviruset. Det kan vara oro för hälsa, ekonomi eller framtiden. Det är förståeligt att känna så. Här kan du få råd för att må bättre.



### Vård när du behöver

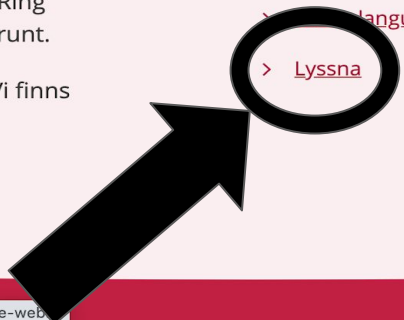
Se till att du får den vård du behöver, även om du inte har covid-19. Sök vård som vanligt när du tror att du behöver det. Logga in på 1177.se för att till exempel boka tid eller förnya recept.

## 1177 Vårdguiden - tryggt om din hälsa och vård

Läs om hälsa och sjukdomar och var du kan hitta vård. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 Vårdguiden är en tjänst från Sveriges regioner. Vi finns alltid med dig när du vill må bättre.

- > [Lätt svenska](#)
- > [E-tjänster](#)
- > [Om oss](#)
- > [Språk / Languages](#)
- > [Aktuellt](#)
- > [Kontakt](#)
- > [Lyssna](#)
- > [Logga in](#)
- > [Tillgänglighet](#)







## Talande webb

Talande Webb är en funktion för att få innehållet på denna webbplats uppläst, för dig som hellre lyssnar än läser.

Talande Webb är gratis för dig som användare.

Det här kan Talande Webb göra när du aktiverat det:

- Du kan få webbsidor och pdf-filer upplästa.
- Texten markeras samtidigt som den läses upp.
- Du kan förstora och ändra färg på texten
- Du kan ställa in uppläsningens läshastighet
- Du kan spara den upplästa texten som en mp3-fil
- Du kan skärma av en del av texten för att hålla fokus på det du läser.

[Läs mer om de olika funktionerna och om Talande Webb på funkaportalen.se.](#)



## Talande webb

Talande Webb är en funktion för att få innehållet på denna webbplats uppläst, för dig som hellre lyssnar än läser.

Talande Webb är gratis för dig som användare.

Det här kan Talande Webb göra när du aktiverat det:

- Du kan få webbsidor och pdf-filer upplästa.
- Texten markeras samtidigt som den läses upp.
- Du kan förstora och ändra färg på texten
- Du kan ställa in uppläsningens läshastighet
- Du kan spara den upplästa texten som en mp3-fil
- Du kan skärma av en del av texten för att hålla fokus på det du läser.

[Läs mer om de olika funktionerna och om Talande Webb på funkaportalen.se.](#)



Det här är en säker webbplats. För att läsa upp må... Talande Webb skicka texten via en säker anslutning. Vill du fortsätta?

Ja

Nej

Talande Webb är en funktion för att få innehållet på denna webbplats talat, för dig som hellre lyssnar än läser.

Talande Webb är gratis för dig som användare.

Det här kan Talande Webb göra när du aktiverat det:

- Du kan få webbsidor och pdf-filer upplästa.
- Texten markeras samtidigt som den läses upp.
- Du kan förstora och ändra färg på texten
- Du kan ställa in uppläsningens läshastighet
- Du kan spara den upplästa texten som en mp3-fil
- Du kan skärma av en del av texten för att hålla fokus på det du läser.

[Läs mer om de olika funktionerna och om Talande Webb på funkaportalen.se.](#)

TALANDE WEBB INLÄST



# Talande webb



Talande Webb är en funktion för att få innehållet på denna webbplats uppläst, för dig som hellre lyssnar än läser.

Talande Webb är gratis för dig som användare.

Det här kan Talande Webb göra när du aktiverat det:

- Du kan få webbsidor och pdf-filer upplästa.
- Texten markeras samtidigt som den läses upp.
- Du kan förstora och ändra färg på texten
- Du kan ställa in uppläsningens läshastighet
- Du kan spara den upplästa texten som en mp3-fil
- Du kan skärma av en del av texten för att hålla fokus på det du läser.

[Läs mer om de olika funktionerna och om Talande Webb på funkaportalen.se.](#)

TALANDE WEBB INLÄST

