



♥ Nr. 3, august 2026

- Det er ikke gratis at gå til tandlægen
- Få svar uden for åbningstid
- Fordele for unge

Derfor d-nyt

d-nyt er ikke et nyhedsbrev men et medlemsblad, som alle medlemmer af "danmark" ifølge forsikringsbetingelserne modtager, da d-nyt blandt andet indeholder:

- Lovpligtige ændringer og varsler
- Servicemeddelelser om medlemskabet
- Oplysninger om økonomien i "danmark".

Det er ikke gratis at gå til tandlægen

Den nye regering har en vision om gratis tandlægebesøg til alle, men indtil videre koster tandbehandlinger det samme som hidtil. Derfor er det fortsat en god idé at sikre dig selv mod udgifter på tandområdet.

Fornuftigt at være forsikret

Som medlem af "danmark" får du tilskud til tandbehandlinger. Nogle arbejdsgivere tilbyder også tandforsikring gennem "danmark" Erhverv. Uanset hvor og hvordan du er dækket, er det stadig en god idé at være forsikret på tandområdet.

Indtil videre er alt som hidtil

Hvis regeringens vision om gratis tandlægebesøg bliver til virkelighed, får det stor betydning for "danmark"s medlemmer, der så skal have nogle andre attraktive tilskud. Men lige nu koster tandlægebesøg, hvad det plejer. Derfor er værdien af medlemskabet det samme som hidtil.

Tilskud til tænder fylder mest

Tandbehandlinger koster. Nogle gange lidt og andre gange meget. Hos Sygeforsikringen "danmark" er tandbehandlinger det største tilskudsområde. Tilsammen får medlemmerne udbetalt over 1,5 milliarder kroner alene til tandbehandlinger.

Udviklingen bliver fulgt tæt

Frem mod 2030 har regeringen afsat midler til at gøre tandlægebesøg gratis for hjemløse og andre udsatte grupper. Regeringen har også nedsat en ekspertkommission på tandområdet. Hos "danmark" følger vi selvfølgelig udviklingen på hele tandområdet tæt.



Overalt i Danmark minder "danmark" om tilskud til tandlæge. Her er det fra Metroen i København.

Sammenlign tandlægepriser

Tandlægeområdet er kun delvist reguleret, så tandlægerne fastsætter selv prisen. Tilskud til tandbehandlinger fra "danmark" er et beløb og ikke en procentsats. Derfor kan priserne hos tandlægerne have stor betydning. Heldigvis er det blevet lettere at sammenligne priserne.

Smart at tjekke prisen

Alle tandlæger skal offentliggøre og indberette deres priser til det offentlige. Dermed kan tandlægepatienter sammenligne priser, der ellers er svære både at overskue og gennemskue.

Gjort lettere er gennemskue

Når du tjekker [tilskud til tandbehandlinger](#) hos "danmark", kan du samtidig sammenligne priser på behandlinger hos de forskellige tandlæger i landet. Der er nemlig forskel. Du finder overblikket på [sundhed.dk](#) via [sygeforsikring.dk/tandlaegepriser](#)

Afstand og pris er en afvejning

Søgning i den store mængde information er gjort brugervenlig. Der er for eksempel mulighed for at vælge behandlinger og geografisk placering.

Få svar uden for åbningstid

Nu er der ekstra hjælp at hente på "danmark"s hjemmeside sygeforsikring.dk, hvor en ny digital assistent kan hjælpe med svar på spørgsmål om medlemskab, tilskud og meget mere.

Supplement til medlemsservice

Hvis du har spørgsmål om medlemskab, tilskud eller tilvalg, kan du nu få hjælp af den nye d-assistent på sygeforsikring.dk.

Den nye digitale assistent er et supplement til "danmark"s medlemsservice og kan hjælpe dig til hurtigt at finde svar på nogle af dine spørgsmål.

Hurtig hjælp, når det passer dig

Du kan stille spørgsmål med dine egne ord, præcis som du ville gøre til et menneske, og så hjælper d-assistenten dig med svar og henviser til relevant information på sygeforsikring.dk.

Uanset om du vil vide mere om medlemskab, tilskud, gruppeskift eller vores tilvalg, kan d-assistenten guide dig videre til de oplysninger, du har brug for.

AI fodret med "danmark"s viden

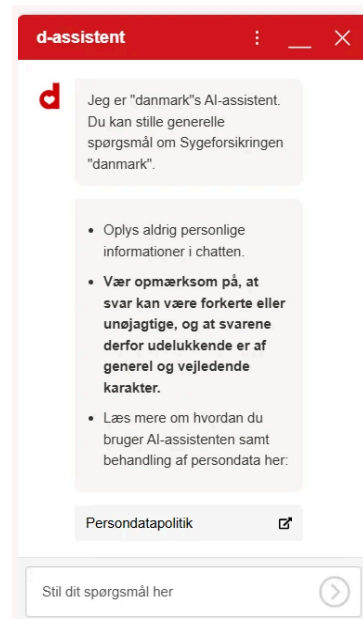
d-assistenten er bygget på AI-teknologi, det vil sige kunstig intelligens. Derfor forstår den spørgsmål skrevet i almindeligt sprog og giver relevante svar, der er lette at forstå, men kan variere i formulering.

For at sikre korrekte svar er al viden kvalitetssikret af "danmark"s medarbejdere, og d-assistenten bliver løbende forbedret på baggrund af spørgsmål og erfaringer fra medlemmerne.

Ingen personlige oplysninger

d-assistenten har ikke adgang til medlemmernes personlige oplysninger, der ligger på selvbetjeningen. Den kan derfor kun besvare generelle spørgsmål og ikke spørgsmål om dit specifikke medlemskab.

Har du brug for hjælp til dit medlemskab, vil d-assistenten i stedet henvise dig til at kontakte vores medlemsservice i åbningstiden eller logge ind på selvbetjeningen med MitID.



Essensen af generativ AI

Generativ AI er kunstig intelligens, der kan skabe nyt indhold ud fra den viden, den har adgang til. Derfor kan svar være formuleret forskelligt, men bygger altid på samme viden.



Fordele for unge

For mange varer medlemskabet af "danmark" hele livet. Og gennem livet ændrer behov sig. De unge har sjældent de store skavanker og behov for fx medicin. Derfor har 16–25-årige andre fordele af medlemskabet.

Visse tilskud er forhøjet

Alle børn og unge indtil 25 år får forhøjet tilskud til vaccination, mens unge medlemmer mellem 16 og 25 år får ekstra tilskud til fx tandlæge, psykolog og kontaktlinser. De har også mulighed for at få en gratis samtale med en psykolog hos Ungelinjen.

En tryk psykologsamtale

Samtalerne kan hos Ungelinjen handler om alt fra kærestesorger til psykiske udfordringer, da der er stor forskel på, hvad der fylder. Uanset hvad det er, har psykologerne en tilgang, der skal sikre, at det vigtigste bliver talt igennem, og at den unge står med nogle konkrete redskaber bagefter.

Se mere om [fordelene for unge](#) og om [Ungelinjen](#)

Citater fra de unge

"Jeg blev taget seriøst og fik konkrete værktøjer, jeg kan bruge i fremtiden."

"Jeg har fået bekræftet, at jeg ikke overdriver, men at jeg faktisk ikke har det godt."

"Det var rart at komme ud med alt. Det tog en del vægt af mine skuldre."

Citaterne er fra brugernes bedømmelse af Ungelinjen.

Børn er gratis

Husk at melde dit barn ind. Børn kan være gratis medforsikret, indtil de fylder 16 år.

Nemt og gratis

Hvis du er medlem af "danmark", når dit barn bliver født, kan du melde dit barn ind, uden at det skal opfylde helbreds krav. Medlemskabet er gratis, indtil barnet fylder 16 år.

Dit barn er automatisk medlem af samme gruppe som en af sine forældre.

Når barnet fylder 16 år

Når barnet fylder 16 år, er medlemskabet ikke længere gratis, og dit barn kan eventuelt skifte til en anden gruppe, hvis der er én, der passer bedre. Her kan [Basis-Sygeforsikring](#) måske være en mulighed.

Et medlemskab af "danmark" kan vare hele livet. Men vælger du at melde barnet ud, skal du være opmærksom på, at barnet skal opfylde "danmark"s helbreds krav ved indmeldelse på et senere tidspunkt.

Giv besked om børn

Da "danmark" er et privat forsikringsselskab, får vi ikke automatisk besked, når medlemmer bliver forældre. Så husk at melde dit barn ind.

Det gør du ved at logge ind på hjemmesiden og følge vejledningen der.

Læs mere på sygeforsikring.dk/barn



Apopro i MedicinTjekker

Appen MedicinTjekker kan hjælpe dig med at huske din medicin – og nu kan du også bestille medicinen i den.

Information om anvendelse og bivirkninger

MedicinTjekker kan give dig information om anvendelse og bivirkninger ved medicin samt eventuelle problemer ved at kombinere lægeordineret medicin. Og så kan appen give dig påmindelser, der hjælper dig med at huske din medicin.

Bestil medicin direkte i appen

Når du løber tør for medicin, kan du nu også bestille den via onlineapoteket Apopro direkte i appen. Ved online køb af medicin betaler du for porto. Til gengæld slipper du for turen til apoteket og for apotekets gebyr for indberetning til "danmark".

Fordelene ved MedicinTjekker

- Anonymt, gratis og altid opdateret
- Ét overblik over godkendt medicin
- Ingen kommercielle interesser
- Hjælp til at huske egen medicin.

Den offentlige sygesikringsgruppe 2 lukker

Pr. 1. januar 2027 lukker den offentlige sygesikringsgruppe 2, der giver mulighed for frit lægevalg. Den offentlige sygesikringsgruppe 2 har intet at gøre med Gruppe 2 i Sygeforsikringen "danmark", og lukningen påvirker derfor ikke medlemskabet.

Med sygesikringsgruppe 2 er det muligt at vælge behandling hos praktiserende speciallæger uden henvisning fra egen læge. Det gælder også læger uden aftaler med det offentlige.

"danmark" er et privat forsikringsselskab, og lukningen af den offentlige sygesikringsgruppe 2 har ikke noget med "danmark" at gøre og berører ikke medlemmer af Gruppe 2 i "danmark".



Til kamp mod svindel

Digital svindel stiger mere end nogen anden form for kriminalitet. "danmark" er en af mange organisationer, der har fået navn og logo misbrugt af it-kriminelle, og vi er derfor gået ind i kampen mod svindel. Dels med egen indsats i forhold til medlemmerne og dels ved eksternt engagement med andre.

Indsatser for at passe på medlemmerne

- Vi kommunikerer med medlemmerne på sikre platforme bag MitID-login.
- Vi følger myndighedernes anbefalinger om at undgå links i mails.
- Vi advarer om phishing-angreb i appen Mit Digitale Selvforsvar.
- Vi bruger e-mærket til at anmelde og lukke falske sider i vores navn.

Se mere på sygeforsikring.dk/falske-emails

Indsatser med andre organisationer

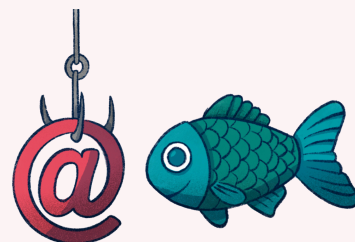
- "danmark" er i netværket FIT (Forum mod it-relateret økonomisk kriminalitet).
- FIT hører under NSK (National enhed for Særlig Kriminalitet) hos politiet.
- FIT består af offentlige og private aktører med interesse i svindelsbekæmpelse.
- I regi af FIT har "danmark" og andre udarbejdet en guide til beskyttelse af brands.

Se guiden mod brandmisbrug på sikkerdigital.dk

Begreber inden for digital svindel

Phishing er en type svindel, hvor kriminelle narrer folk til at dele personlige oplysninger, fx adgangskoder eller kortoplysninger, via falske mails, sms'er eller opkald.

Brandmisbrug er, når svindlere bruger en virksomheds navn eller logo til falske hjemmesider, webshops, phishingmails, sms'er eller svindelannoncer på sociale medier.





Anmeld os på Trustpilot

I udvalgte beskeder fra "danmark" er der kommet en opfordring til at anmelde os på Trustpilot.

Høj vurdering i analyser

I analysen FinansImage indtager "danmark" førstepladsen blandt alle finansielle virksomheder i Danmark, og ifølge analysebureauet YouGov er "danmark" det 6. bedste brand i landet. Begge disse analyser er eksterne. "danmark"s egen måling viser en medlemstilfredshed på 87 procent.

Lav vurdering på Trustpilot

På Trustpilot er det imidlertid anderledes, og "danmark"s profil har en lav rating. Alle kan anmelde, og "danmark" bliver ofte anmeldt af brugere, der ikke er medlemmer. For en mere retvisende vurdering af reelle brugere opfordrer "danmark" derfor nu medlemmerne til at anmelde os på Trustpilot.

Anmeld "danmark" på [Trustpilot](#)

Donationer til sundhedsprojekter

Ansøgningsrunden for årets sundhedsdonationer sluttede 1. juli, og vi har modtaget rekordmange ansøgninger. Sundhedsdonationer er blevet en kendt aktør inden for uddeling af midler, der gør en forskel. Der er meget ny viden at hente i de støttede projekter.

Bliv klogere på sundhed

Synes du, initiativer og forskning på sundhedsområdet er spændende, er det værd at følge med hos Sundhedsdonationer enten på hjemmesiden eller LinkedIn-profilen. Her bliver der ugentligt udgivet historier om de mange støttede projekter, hvor der er ny viden at hente.

Noget for alle

Variationen er stor i de projekter, der får støtte af Sundhedsdonationer. Fælles for dem er, at de giver indsigt i forskning, forebyggelse eller oplysning inden for sundhed.

Eksempler på projekter

Målgrupperne for de forskellige projekter spænder også bredt. Fx har Sundhedsdonationer støttet oplysning til de nybagte studenter om brug af cykelhjelme og flere projekter om mental trivsel hos unge, blandt andet i forbindelse med gaming. Et projekt har fokus på tandskam hos ældre og et andet udbreder vigtig viden om antibiotikaresistens.

Følg med på sundhedsdonationer.dk og [LinkedIn](#)

Ny vidensportal om høreudfordringer

Ét af de mange støttede projekter hos Sundhedsdonationer handler om høretab, som i mange år har været et felt præget af tabuer, myter og forældet viden. Det skal Høreforeningens nye vidensportal være med til at ændre.

Viden om høretab

Over 800.000 danskere har problemer med hørelsen. Der har været et stort behov for opdateret og fagligt velkvalificeret information om høretab og høreproblematikker.

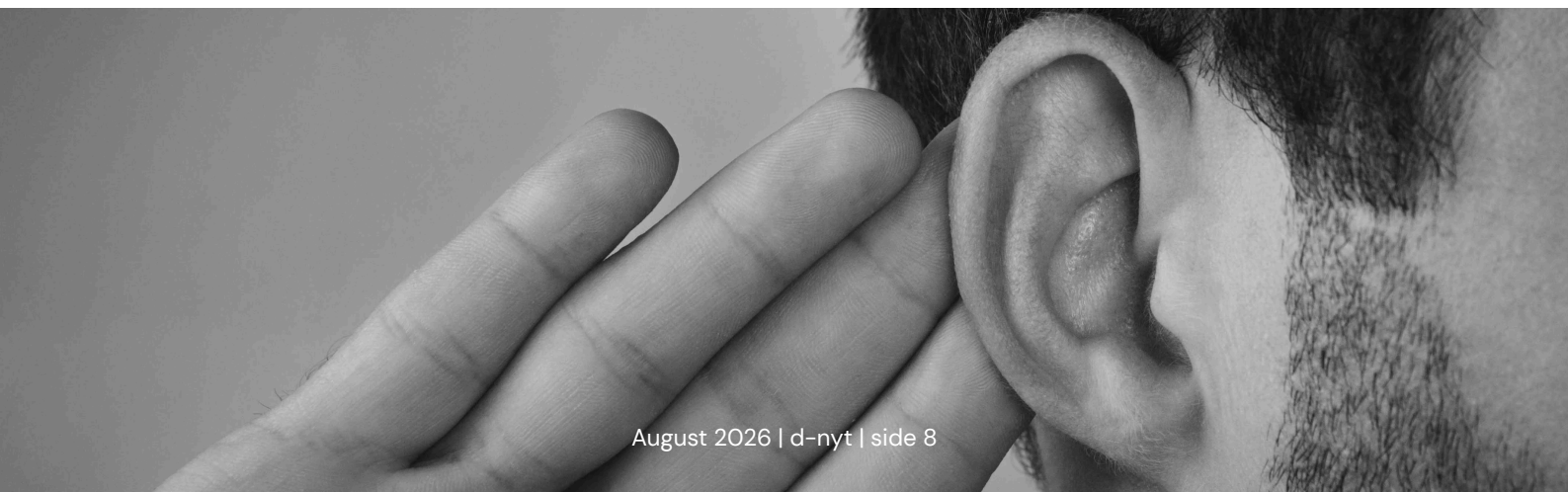
Derfor skal Høreforeningens nye vidensportal samle, udvikle og formidle viden om høretab og øvrige høreproblematikker hos børn, unge og voksne.

Ny i høretab

Mennesker, der har en mistanke om, at de har en hørenedsættelse, kan have svært ved at få taget de første skridt til at få hjælp. Høreforeningens hjemmeside er derfor en håndsrækning til alle, der for nyligt er blevet ramt af høreudfordringer.

Her kan de blive klogere på høretab og behandlingsmuligheder og få overblik over mulighederne for hjælp og støtte.

Find hele historien på [Sundhedsdonationers hjemmeside](#)





Sundhedsviden og råd



Det er muligt flere steder i "danmark"s univers at hente viden om sundhed. Det meste ligger samlet på sygeforsikring.dk under Nyt & Sundt, som også har sit eget nyhedsbrev.

Diskusprolaps under luppen

I det seneste nyhedsbrev fra Nyt & Sundt handlede den mest læste artikel om [diskusprolaps i lænden](#), der rammer danskerne bredt. At det primært rammer mennesker med hårdt fysisk arbejde, er én af de myter, artiklen får aflivet. Artiklen serverer både viden og gode råd til dem, der har ondt.

Advarsel om sommersolen

Op til sommerferien satte Nyt & Sundt også fokus på [risikoen ved overdrevet soldyrkning](#), fordi analyser viser en stigning i jagten på den rigtige 'tan', især blandt de unge. Heraf læser flere dagens UV-faktor som vejledning til at få farve og ikke som den advarsel mod strålerne, som den faktisk er.

Find flere gode artikler på sygeforsikring.dk/nyt-sundt

Årets vigtige varsler i næste d-nyt

I årets sidste medlemsblad er der som altid varsler om ændringer af kontingent og takster. Du får en besked på både selvbetjeningen og i mit.dk sidst i november, når d-nyt nr. 4 er klar.

Få mit.dk som app

Som supplement til selvbetjeningen på sygeforsikring.dk har "danmark" valgt den officielle digitale postkasse mit.dk frem for e-Boks, så det er en god idé at downloade appen til mit.dk. Der er flere gode grunde til "danmark"s valg af mit.dk.

3 gode grunde til mit.dk

1. Der er kun ét login med MitID mellem "danmark" og mit.dk.
2. Fra mit.dk kan du gå direkte over i "danmark"s selvbetjening.
3. Du kan betale dit medlemskab af "danmark" direkte fra mit.dk.

Her finder du "danmark"

Hjemmeside

sygeforsikring.dk

Telefon

70 10 90 70

Telefonerne er åbne

Mandag-onsdag kl. 8.30–15.30

Torsdag kl. 8.30–17.00

Fredag kl. 8.30–14.00

Kontorer

Jylland

- Vesterbro 54, 9000 Aalborg
- Søndergade 76/Sønder Allé 5, 8000 Aarhus C
- Fonnesbechsgade 3, 7400 Herning
- Esbjergvej 20, 6000 Kolding

Øerne

- Sct. Olai Gade 39, 3000 Helsingør
- Palægade 5, 1261 København K
- Sct. Hansgade 25, 4100 Ringsted
- Vestergade 65, 5000 Odense C

Åbningstider

Mandag-onsdag kl. 10.00–15.00

Torsdag kl. 10.00–17.00

Fredag kl. 10.00–14.00

Udgiver

Sygeforsikringen "danmark"
Palægade 5
1261 København K

Redaktion

Katrine Krebs, redaktør
Maria Baden Fischer, layout

Udgivelser

Fire årlige udgivelser til alle medlemmer over 16 år, ca. 2,2 millioner, der modtager d-nyt på selvbetjeningen.