

Përdorimi i NHS-së

Shërbimi Shëndetësor Kombëtar (NHS) është sistemi i kujdesit shëndetësor publik në Mbretërinë e Bashkuar (MB). NHS-ja është falas për t'u përdorur nga të gjithë banorët e Mbretërisë së Bashkuar, dhe për azilkërkuesit, refugjatët, njerëzit që kanë leje të përkohshme qëndrimi, disa azilkërkues që u është refuzuar kërkesa dhe viktimat e trafikimit.

Kujdesi falas i NHS-së përfshin vizitën te mjeku, kryerjen e analizave, trajtimin spitalor dhe marrjen e kujdesit të urgjencës. I vetmi kujdes shëndetësor kundrejt një pagese është kujdesi dentar dhe ilaçet por njerëzit me të ardhura të ulëta mund të marrin ndihmë për këto shpenzime.

Për njerëzit që zakonisht nuk janë rezidentë në MB, duke përfshirë edhe ata me disa kategori të vizave, kujdesi spitalor do të ketë gjithashtu një lloj pagese.

Klinika e mjekut të përgjithshëm

Klinika e mjekut të përgjithshëm është zakonisht vendi i parë ku shkohet për një problem shëndetësor në MB. Spitalet duhet të përdoren vetëm për takime të planifikuara ose në situata urgjente.

Ekipi i klinikës së mjekut të përgjithshëm përfshin mjekë (të njohur si mjekë të përgjithshëm ose MP), infermierë dhe ekspertë të tjerë të kujdesit shëndetësor.

Klinika e mjekut të përgjithshëm mund të trajtojë shumë probleme të përgjithshme mjekësore dhe t'ju ndihmojë të menaxhoni çdo gjendje afatgjatë. Nëse keni nevojë për ndonjë analizë ose trajtim të specializuar, ata mund të organizojnë që ju të shkoni në një spital për t'u konsultuar me një specialist.

Si mund të regjistrohem te klinika e mjekut të përgjithshëm?

Çdokush mund të regjistrohet te klinika e mjekut të përgjithshëm – thjesht gjeni një mjek pranë vendbanimit dhe pyesni për regjistrimin. Ju mund të gjeni një klinikë të mjekut të përgjithshëm në:

www.nhs.uk/service-search/find-a-gp

Nëse keni nevojë për ndihmë për këtë, telefononi Healthwatch në **0300 77 77 007** ose e-mail: enquiries@healthwatchliverpool.co.uk ose Ekipin e Përfshirjes Sociale në **0151 296 7433** ose e-mail: siteam@merseycare.nhs.uk

The NHS logo is a blue hexagon with the letters 'NHS' in white, bold, sans-serif font.

Si mund të marr ndihmë nga klinika e mjekut të përgjithshëm

Klinikat e mjekut të përgjithshëm në Liverpool mund të kontaktohen nga e hëna në të premte, nga ora 08:00 deri në orën 18:30 (me përjashtim të festave zyrtare).

Për të kërkuar një takim me një mjek ose infermiere, shumica e klinikave të mjekëve të përgjithshëm kërkojnë që pacientët e tyre të telefonojnë në orën 8 të mëngjesit kur hapet klinika.

Kur të telefononi klinikën e mjekut të përgjithshëm, stafi do t'ju bëjë disa pyetje për t'i ndihmuar ata të vendosin se si t'ju ndihmojnë më mirë. Takimi mund të jetë ose me prani fizike ose me telefon.

Shumica e klinikave të mjekëve të përgjithshëm ofrojnë gjithashtu eConsult - një formular në faqen e tyre të internetit për ndihmë në raste problemesh më pak urgjente. Thjesht plotësojeni dhe dikush do t'ju kontaktojë.

Për të kërkuar ndihmë kur klinika e mjekut të përgjithshëm është e mbyllur, mund të telefononi në **111** ose shkoni te: **111.nhs.uk** në çdo kohë.



Farmacia

Një farmaci është e pajisur me profesionistë shëndetësor të trajnuar që janë ekspertë në barna mjekësore.

Kur një mjek ose infermier në klinikën e mjekut të përgjithshëm ju jep një recetë për barna, ju i merrni ato te një farmaci.

Ata gjithashtu mund t'ju ofrojnë shumë këshilla për mënyrat më të mira të trajtimit të problemeve të përditshme shëndetësore ose lëndimet e vogla.

Si mund të marr ndihmë nga një farmaci?

Në Liverpool gjenden mbi 100 farmaci. Shumë prej tyre janë të hapura nga herët në mëngjes deri vonë në mbrëmje sikurse edhe në fundjavë.

Ju mund të përdorni çdo farmaci. Nuk nevojitet takim - thjesht shkoni për të marrë këshilla.

Gjeni farmacinë tuaj më të afërt dhe orarin e hapjes në: www.nhs.uk/find-a-pharmacy



Qendrat Walk-In të NHS-së

Qendrat Walk-in të NHS-së ofrojnë këshilla dhe trajtim falas për lëndime dhe sëmundje të vogla. Për shembull:

- infeksione dhe skuqje
- dhimbje të fytit
- kollë
- prerje, mavijosje dhe tendosje
- simptoma të ngjashme me gripin
- djegie të lehta
- dhimbje veshi
- dhimbje stomaku.

Si mund të marr ndihmë nga një qendër walk-in?

Të gjitha qendrat walk-in në Liverpool janë të hapura nga ora 08:00 deri në orën 20:00, shtatë ditë në javë (përfshirë edhe festat zyrtare). Ju nuk keni nevojë për takim - thjesht hyni dhe prisni që t'ju vizitojnë. Gjeni qendrën tuaj më të afërt walk-in në: www.mersecare.nhs.uk/walkincentres

Jeni të shqetësuar për fëmijën tuaj?

Spitali pediatrik Alder Hey ka një kontrollues të simptomave në internet për të ndihmuar prindërit të gjejnë informacion mbi simptomat e zakonshme të fëmijët, gjithashtu edhe se ku dhe kur të kërkonin ndihmë për fëmijën tuaj.

Shkoni te www.alderhey.nhs.uk për ta provuar.



NHS 111

NHS 111 është një linjë telefonike për këshilla shëndetësore jo urgjente që mund të ndihmojë nëse keni një problem urgjent mjekësor por që nuk është kërcënues për jetën.

Ekipi i tyre i profesionistëve të trajnuar shëndetësor është gjithmonë në dispozicion për të ofruar këshilla shëndetësore ose për t'ju drejtuar në shërbimin e duhur shëndetësor lokal nëse nuk jeni të sigurt se ku të shkoni.

Si funksionon NHS 111?

Do t'ju bëhen disa pyetje të thjeshta në lidhje me simptomat tuaja në internet ose me telefon. Në varësi të situatës, ju do të:

- Merrni informacion se cili shërbim lokal mund t'ju ndihmojë.
- Lini një takim me një mjek të përgjithshëm nëse klinika juaj është e mbyllur
- Të jepet një takim në pavionin e aksidenteve dhe urgjencave (A&E) të spitalit nëse është e nevojshme
- Të tregohet se si të merrni ndonjë ilaç që ju nevojitet
- Merrni këshilla se si ta trajtoni vetë gjendjen në shtëpi.

Për të marrë ndihmë nga NHS 111, mund të shkoni në: 111.nhs.uk ose telefononi **111**. Shërbimi ofrohet 24 orë në ditë, shtatë ditë në javë.



Pavioni i aksidenteve dhe urgjencave të spitalit (A&E)

Një pavion aksidentesh dhe emergjence spitalore (A&E) është për emergjencat kërcënuese për jetën. Për shembull:

- humbja e vetëdijes
- atak në zemër
- goditje në tru
- vështirësi në frymëmarrje
- gjakderdhje e rëndë që nuk mund të ndalet
- djegie të rënda
- lëndime të mëdha si p.sh. në një aksident rrugor.

Si mund të marr ndihmë në rast urgjence?

Nëse jeta e dikujt është në rrezik, duhet të telefononi numrin 999 për një ambulancë ose të shkoni direkt në pavionin e A&E të spitalit tuaj më të afërt.

Pavionet A&E për të rriturit gjenden në Spitalin Universitar të Liverpool-it dhe në Spitalin Universitar për të rritur të Aintree.

Ekziston gjithashtu një pavion A&E për fëmijët e moshës 16 vjeç e poshtë në spitalin e fëmijëve Alder Hey.

Të gjitha pavionet A&E janë të hapura 24 orë në ditë, shtatë ditë në javë, 365 ditë në vit.



Dentisti

Dentistët ofrojnë kontrole dhe trajtime të rregullta për t'ju ndihmuar të mbani gojën, dhëmbët dhe mishrat e dhëmbëve të shëndetshëm dhe pa dhimbje.

Si mund të marr ndihmë nga një dentist?

Ju nuk keni nevojë të regjistroheni te një dentist për të marrë kujdes urgjent dentar.

Nëse keni dhimbje dhe keni nevojë për ndihmë të shpejtë, mund të telefononi linjën e ndihmës dentare në **0161 476 9651** (nga e hëna në të premte nga ora 08:00 - 18:00) ose mund të telefononi **NHS 111** në çdo kohë.

A do të duhet të paguaj për kujdesin tim dentar?

Shumica e njerëzve do të duhet të paguajnë për trajtimin dentar të NHS-së. Ju nuk duhet të paguani për shërbimet dentare të NHS-së nëse jeni:

- nën 18
- nën 19 vjeç dhe në arsim me kohë të plotë
- shtatzënë ose keni lindur fëmijë në 12 muajt e fundit
- duke u trajtuar në një spital të NHS-së nga dentisti i spitalit
- merrni përfitime për arsye të të ardhurave të ulëta.



Ndiheni të shqetësuar, në ankth apo në gjendje të rënë psikologjike?

Përveç kujdesit për shëndetin tuaj fizik, NHS gjithashtu mund t'ju ndihmojë të gjeni mbështetje për trajtimin e problemeve emocionale. Për shembull, nëse ndiheni:

- të shqetësuar ose në ankth
- të trishtuar ose me humor të ulët
- të stresuar nga problemet tuaja
- të pamundur për të fjetur
- që nuk mund të përballoni situata.

Si mund të marr ndihmë?

Nëse keni nevojë për mbështetje dhe këshilla për problemet emocionale, kontaktoni klinikën e mjekut tuaj të përgjithshëm.

Nëse ju ose dikush që njihni po lufton për ta përballuar dhe ka nevojë urgjente për ndihmë, mund të telefononi një linjë falas të ndihmës emergjente në çdo kohë:

- Për të rriturit - telefononi në 0800 145 6570
- Për fëmijët - telefononi në 0808 196 3550



Shëndeti seksual

Klinikat e shëndetit seksual ofrojnë qasje të shpejtë dhe të lehtë me këshilla dhe mbështetje për problemet e shëndetit seksual. Për shembull, nëse keni nevojë:

- për kontracëpsion ose kontracëpsion urgjent
- analiza dhe trajtim për infeksionet
- test shtatzënie
- këshilla për probleme që lidhen me seksin
- Mbështetje për HIV.

Të gjitha këshillat dhe trajtimet që jepen janë falas dhe plotësisht konfidenciale.

Si mund të marr ndihmë?

Axess është një shërbim që e ofrojnë klinika të shëndetit seksual në Liverpool, duke përfshirë një që ndodhet në spitalin Royal Liverpool. Ai ofron gjithashtu shërbime këshillimi dhe analizash në internet.

Për më shumë informacion ose për të rezervuar një takim, shkoni në: www.axess.clinic



Keni nevojë për ndihmë në komunikim?

Nëse keni nevojë për ndihmë për të komunikuar kur përdorni ndonjë shërbim të kujdesit shëndetësor të NHS-së, mund të kërkonte në çdo kohë një përkthyes.

Të gjitha shërbimet e NHS duhet t'ju ofrojnë një të tillë – ju lutemi thjesht pyesni një anëtar të stafit.

Nëse e keni të vështirë të merrni këtë ndihmë, ju lutemi dërgoni e-mail në: liverpool.involvement@nhs.net

A ju duhet ky informacion në format apo në gjuhë tjetër?

Nëse ju nevojitet ky informacion në gjuhë ose format tjetër, ju lutemi dërgoni e-mail në: liverpool.involvement@nhs.net ose telefononi në **(0151) 247 6406** ose shkruani në **07920 206 386**.

