

Izmantojot NHS

Nacionālais veselības dienests (NHS, National Health Service) ir Apvienotās Karalistes valsts veselības aprūpes sistēma. NHS bez maksas var izmantot visi Apvienotās Karalistes iedzīvotāji un patvēruma meklētāji, bēgļi, cilvēki, kuriem ir pagaidu atļauja palikt valstī, atsevišķi patvēruma meklētāji, kuriem atteikts patvērums, un cilvēku tirdzniecības upuri.

Bezmaksas NHS aprūpe ietver vizītes pie ārsta, analīžu veikšanu, ārstēšanu slimnīcā un neatliekamās palīdzības saņemšanu. Vienīgā veselības aprūpe, par ko ir jāmaksā, ir zobārstniecība un zāles, bet cilvēki ar zemiem ienākumiem var saņemt palīdzību šo izmaksu segšanai.

Cilvēkiem, kuriem nav rezidenta statusa Apvienotajā Karalistē, tostarp tiem, kuriem ir noteikta tipa vīzas, aprūpe slimnīcā arī būs maksas.

Ģimenes ārsta prakse

Ģimenes ārsta prakse (GP practice vai GP surgery) Apvienotajā Karalistē parasti ir pirmā vieta, kur vērsties saistībā ar veselības problēmām. Slimnīcas jāizmanto tikai plānotām vizītēm vai situācijās, kad nepieciešama neatliekamā palīdzība.

Komanda ģimenes ārsta praksē iekļauj ārstus (zināmi kā General Practitioners jeb GP), medmāsas un citus veselības aprūpes speciālistus.

Ģimenes ārsta praksē iespējams ārstēt daudzas vispārējās medicīniskās problēmas un palīdzēt jums pārvaldīt jebkādas ilgtermiņa slimības. Ja jums ir nepieciešamas kādas analīzes vai speciālista veikta ārstēšana, viņi var noorganizēt jums vizīti pie speciālista slimnīcā.

Kā es varu reģistrēties ģimenes ārsta praksē?

Jebkurš var reģistrēties ģimenes ārsta praksē – tikai atrodiat savas dzīvesvietas tuvumā esošu praksi un jautāiet par reģistrēšanos!

Varat atrast ģimenes ārsta praksi šeit:

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

Ja jums saistībā ar to ir nepieciešama palīdzība, zvaniet Healthwatch pa tālruni **0300 77 77 007** vai rakstiet uz e-pastu: enquiries@healthwatchliverpool.co.uk vai sociālās integrācijas komandai uz **0151 296 7433** vai rakstiet uz e-pastu: siteam@merseycare.nhs.uk

The NHS logo, consisting of the letters 'NHS' in a bold, white, sans-serif font inside a blue hexagonal shape.

Kā es varu saņemt palīdzību no savas ģimenes ārsta prakses?

Ar ģimenes ārstu praksēm Liverpoolā var sazināties no pirmdienas līdz piektdienai, laikā no 8:00 līdz 18:30 (izņemot oficiālās brīvdienas).

Lai pieteiktu vizīti pie ārsta vai medmāsas, vairums ģimenes ārsta prakšu lūdz pacienti zvanīt 8:00, kad prakse atveras.

Zvanot uz savu ģimenes ārsta praksi, komanda jums uzdos dažus jautājumus, lai palīdzētu viņiem izlemt, kā jums vislabāk palīdzēt. Vizīte var notikt klātienē vai pa tālruni.

Vairumam ģimenes ārsta prakšu ir arī eConsult – veidlapa to tīmekļa vietnēs, lai palīdzētu ar mazāk steidzamām problēmām. Vienkārši aizpildiet to, un kāds ar jums sazināsies.

Lai saņemtu palīdzību, kad jūsu ģimenes ārsta prakse ir slēgta, varat zvanīt uz **111** vai doties uz vietni: **111.nhs.uk** jebkurā laikā.

Aptieka

Aptiekā (pharmacy vai chemist) strādā apmācīti veselības aprūpes speciālisti, kuri ir zāļu eksperti.

Kad ārsts vai medmāsa jūsu ģimenes ārsta praksē jums izsniedz recepti zālēm, aptiekā jums tās izsniegs.

Viņi jūs var arī konsultēt par labākajiem veidiem, kā ārstēt ikdienas veselības problēmas vai nelielus savainojumus.

Kā es varu saņemt palīdzību aptiekā?

Liverpoolā ir vairāk nekā 100 aptieku. Daudzas ir atvērtas no agra rīta līdz vēlam vakaram, kā arī nedēļas nogalēs.

Varat izmantot jebkuru aptieku. Nav jāpiesaka vizīte – vienkārši ejiet, lai saņemtu konsultāciju.

Atrodiet tuvāko aptieku un darba laikus šeit:
www.nhs.uk/find-a-pharmacy



NHS Bezpieraksta Centrs

NHS bezpieraksta centri sniedz bezmaksas konsultācijas un ārstēšanu nelielu savainojumu vai slimību gadījumā. Piemēram:

- infekcijas un izsitumi;
- iekaisis kakls;
- klepus;
- griezumi, nobrāzumi un sastiepumi;
- gripai līdzīgi simptomi;
- nelieli apdegumi;
- ausu sāpes;
- vēdera sāpes

Kā es varu saņemt palīdzību no bezpieraksta centra?

Visi bezpieraksta centri Liverpoolā ir atvērti no 8:00 līdz 20:00, septiņas dienas nedēļā (ieskaitot oficiālās brīvdienas). Jums nav vajadzīgs pieraksts – vienkārši ieejiet un gaidiet, līdz jūs pieņem.

Atrodiet tuvāko bezpieraksta centru šeit:

www.mersecare.nhs.uk/walkincentres

Raizējaties par savu bērnu?

Alder Hey bērnu slimnīcai ir tiešsaistes simptomu pārbaudītājs, kas palīdz vecākiem atrast informāciju par bieži sastopamiem simptomiem bērniem, kā arī par to, kur un kad meklēt palīdzību savam bērnam.

Dodieties uz www.alderhey.nhs.uk lai izmēģinātu.



NHS 111

NHS 111 ir veselības konsultāciju tālruņa līnija gadījumos, kas nav neatliekami, kuri var palīdzēt, ja rodas steidzama medicīniska problēma, bet tā neapdraud dzīvību.

Viņu apmācīto veselības aprūpes speciālistu komanda vienmēr ir pieejama, lai sniegtu veselības konsultācijas vai norādītu pareizo vietējo veselības aprūpes dienestu, ja neesat pārliecināts, kur vērsties.

Kā darbojas NHS 111?

Jums tiešsaistē vai pa tālruni tiks uzdoti daži vienkārši jautājumi par jūsu simptomiem. Atkarībā no situācijas, jums:

- Pateiks, kurš vietējais dienests var jums palīdzēt;
- Nodrošinās vizīti pie ģimenes ārsta, ja prakse, kurā esat reģistrēts, ir slēgta;
- Nodrošinās vizīti slimnīcas neatliekamās medicīniskās palīdzības nodaļā, ja nepieciešams;
- Pateiks, kā iegūt jebkuras zāles, kas jums nepieciešamas;
- Sniegs konsultāciju par to, kā pašam ārstēt slimību mājās.

Lai saņemtu palīdzību no NHS 111, varat doties uz: 111.nhs.uk vai zvanīt uz **111**. Pakalpojums ir pieejams 24 stundas diennaktī, septiņas dienas nedēļā.



Slimnīcas neatliekamā medicīniskā palīdzība (A&E)

Slimnīcas neatliekamās medicīniskās palīdzības nodaļa (A&E) ir paredzēta dzīvībai bīstamām ārkārtas situācijām. Piemēram:

- samaņas zudums;
- nopietni apdegumi vai applaucējumi;
- sirdstrieka;
- smagas traumas, piemēram, ceļu satiksmes negadījumā gūtas traumas
- insults;
- elpošanas grūtības;
- nopietna asiņošana, ko nevar apturēt;

Kā es varu saņemt palīdzību ārkārtas situācijā?

Ja personas dzīvība ir apdraudēta, zvaniet uz 999, lai izsauktu ātro palīdzību, vai nekavējoties dodieties uz tuvākās slimnīcas A&E nodaļu.

Royal Liverpool universitātes slimnīcā un Aintree universitātes slimnīcā ir A&E nodaļas pieaugušajiem.

Alder Hey bērnu slimnīcā ir arī A&E nodaļa bērniem līdz 16 gadu vecumam.

Visas A&E nodaļas ir atvērtas 24 stundas diennaktī, septiņas dienas nedēļā, 365 dienas gadā.



Zobārsts

Zobārsti nodrošina regulāras pārbaudes un ārstēšanu, lai palīdzētu nodrošināt mutes, zobu un smaganu veselību un novērstu sāpes.

Kā es varu saņemt palīdzību no zobārsta?

Jums nav jābūt reģistrētam pie zobārsta, lai saņemtu neatliekamās zobārstniecības pakalpojumus.

Ja jums sāp un steidzami nepieciešama palīdzība, varat zvanīt Dental Helpline pa tālruni **0161 476 9651** (no pirmdienas līdz piektdienai no 8:00 līdz 18:00) vai arī varat zvanīt **NHS 111** jebkurā laikā.

Vai man būs jāmaksā par zobārstniecību?

Lielākajai daļai cilvēku būs jāmaksā par NHS zobārstniecību. Jums nav jāmaksā par NHS zobārstniecības pakalpojumiem, ja:

- esat jaunāks par 18 gadiem;
- esat jaunāks par 19 gadiem un pilna laika izglītībā;
- esat stāvoklī vai jums pēdējo 12 mēnešu laikā ir piedzimis mazulis;
- jūs ārstē NHS slimnīcā slimnīcas zobārsts;
- jūs saņemat maznodrošinātas personas pabalstus



Jūtat satraukumu, trauksmi vai nomāktību?

NHS ne tikai rūpējas par jūsu fizisko veselību, bet var palīdzēt arī atrast atbalstu, lai tiktu galā ar emocionālajām problēmām.

Piemēram, ja jūtat:

- raizes vai trauksmi;
- nespējat gulēt;
- bēdas vai nomāktību;
- netiekat galā ar kaut ko.
- esat stresā savu problēmu dēļ;

Kā es varu saņemt palīdzību?

Ja emocionālu problēmu risināšanai jums nepieciešams atbalsts un konsultācija, sazinieties ar savu ģimenes ārsta praksi.

Ja jums vai kādam, kuru pazīstat, ir grūtības tikt galā un steidzami nepieciešama palīdzība, jebkurā laikā varat zvanīt uz bezmaksas ārkārtas atbalsta līniju:

- **Pieaugušajiem – zvaniet 0800 145 6570**
- **Bērniem – zvaniet 0808 196 3550**

Seksuālā veselība

Seksuālās veselības klīnikas piedāvā ātru un vienkāršu piekļuvi konsultācijām, un atbalstu seksuālās veselības problēmu gadījumos. Piemēram, ja jums nepieciešama:

- kontracepcija vai avārijas kontracepcija;
- infekciju testēšana un ārstēšana;
- grūtniecības testēšana;
- konsultācija par problēmām, kas saistītas ar seksu;
- HIV atbalsts.

Visi sniegtie padomi un ārstēšana ir bezmaksas un pilnīgi konfidenciāli.

Kā es varu saņemt palīdzību?

Axess ir dienests, kas nodrošina seksuālās veselības klīnikas Liverpoolē, tostarp klīniku, kas atrodas Royal Liverpool slimnīcā. Tas arī piedāvā konsultācijas un testēšanas pakalpojumus tiešsaistē.

Lai iegūtu papildinformāciju vai pieteiktu vizīti, dodieties uz: www.axess.clinic



Vajadzīga palīdzība saziņā?

Ja jums nepieciešama palīdzība, lai sazinātos, izmantojot jebkuru no NHS veselības aprūpes pakalpojumiem, jebkurā laikā varat lūgt tulku.

Visiem NHS pakalpojumiem jums ir jānodrošina tulks – lūdzu, vienkārši jautājiet personālam.

Ja jums ir grūtības saņemt šo palīdzību, lūdzu, sūtiet e-pastu: liverpool.involvement@nhs.net

Vai jums nepieciešama šī informācija citā formātā vai valodā?

Ja jums nepieciešama šī informācija citā valodā vai formātā, lūdzu, sūtiet e-pastu:

liverpool.involvement@nhs.net vai zvaniet uz **(0151) 247 6406** vai sūtiet īsziņu uz **07920 206 386**.

